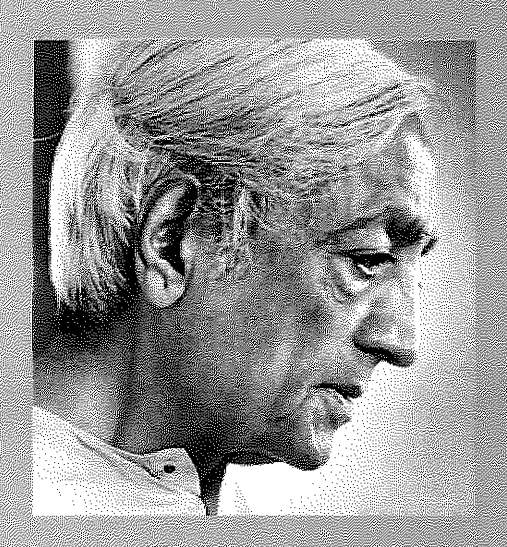
KRISHNAMURTI

LA RED DEL PENSAMIENTO



OliveCall Group
Ediciones



Jiddu Krishnamurti

J. Krishnamurti (1895-1986) fue uno de los grandes maestros espirituales de la humanidad. Nació en la India, y durante toda su vida viajó por el mundo para ofrecer charlas públicas y diálogos con la audiencia.
El Dalai Lama dijo de Krishnamurti: «Uno de los grandes pensadores de nuestra era».
Aldous Huxley comentó que escuchar a Krishnamurti, «Era como escuchar un discurso de Buda, con aquella fuerza, aquella autoridad intrínseca».

LA RED DEL PENSAMIENTO

Jiddu Krishnamurti



Título Original en Inglés: ***The network of thought***
Título en Español: ***La red del pensamiento***

Krishnamurti, Jiddu
La red del pensamiento . - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : OliveCall Group, 2014.
132 p. ; 14x21 cm.

1. Filosofía. 2. Pensamiento
CDD 128.3

Diseño de tapa: Lucas Buzzi
LIBRO DE EDICION ARGENTINA
Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723

Moldes 2700 (C1428CRR) Buenos Aires, Argentina
www.olivecallgroup.com - info@olivecallgroup.com

Índice

Capítulo 1

Pensamiento-conciencia-raíz del conflicto

Veo que algunos de mis viejos amigos están aquí, me alegra verles. Como vamos a tener siete charlas públicas, debemos investigar lo que voy a decir con mucho cuidado, y cubrir así todo el campo de la vida. Pido paciencia a los que me ya han escuchado con anterioridad, por favor sean tolerantes si quien les habla se repite, porque la repetición tiene cierto valor.

El prejuicio tiene algo en común con los ideales, las creencias y la fe. Deberíamos ser capaces de pensar juntos, pero nuestros prejuicios, nuestros ideales, etc., limitan la capacidad y la energía que se necesita para pensar, observar y examinar juntos, para así descubrir por nosotros mismos qué hay detrás de toda la confusión, la desdicha, el terror, la destrucción y la tremenda violencia en el mundo. Para comprender, no solo los meros hechos externos que suceden, sino también la profundidad y el significado de todo ello, debemos tener la capacidad de observar juntos; no que ustedes observen en una dirección y quien les habla observe en otra dirección, sino juntos observar la misma cosa. Ese observar, ese examen no es posible si nos aferramos a nuestros prejuicios, a nuestras experiencias y a nuestro entendimiento particular.

Pensar juntos es muy importante, porque tenemos que afrontar un mundo que se desintegra y degenera

rápidamente, un mundo que carece de moralidad, donde nada es sagrado, donde nadie respeta a nadie. Para comprender todo esto más allá de lo superficial o casual, debemos investigar sus profundidades, lo que yace detrás. Tenemos que investigar por qué después de todos estos millones de años de evolución del ser humano, ustedes y todo el mundo son tan violentos, insensibles, destructivos, por qué toleran las guerras y la bomba atómica. El mundo tecnológico se desarrolla cada vez más; tal vez ese puede ser uno de los factores de que el ser humano sea así. De modo que, por favor, vamos a pensar juntos, no a mi manera o la suya, sino simplemente haciendo uso de esa capacidad de pensar.

El pensar es el factor común a toda la humanidad. No existe el pensamiento oriental o el pensamiento occidental; lo único que existe es esa capacidad común de pensar, tanto si uno es extremadamente pobre, como si es altamente sofisticado y vive en una sociedad opulenta. Ya sea cirujano, carpintero, labriego en el campo o gran poeta, el pensamiento es el factor común a todos nosotros. Parece que no nos damos cuenta de que el pensamiento es el factor común que nos limita a todos. Uno piensa según su capacidad, su energía, su experiencia y sus conocimientos; otro piensa de manera diferente según su propia experiencia y condicionamiento pero todos estamos atrapados en las redes del pensamiento. Esto es un hecho irrefutable y verdadero.

Hemos sido "programados" biológica y físicamente, y también "programados" en lo mental, en lo intelectual. Debemos darnos cuenta de que hemos sido programados como una computadora. Los expertos programan las

computadoras para que den los resultados que ellos desean. Y estas computadoras superan al ser humano en pensamiento. Según su programación, estas computadoras pueden acumular experiencias y de estas experiencias aprender y acumular conocimientos. Poco a poco, van a superar todo nuestro pensar por su exactitud y rapidez. Por supuesto, no podrán componer como Beethoven o como Keats, pero aventajarán nuestro pensar.

Y bien, ¿qué es, entonces, el ser humano? Ha sido programado para ser católico, protestante, italiano, británico, etc.; durante siglos ha sido programado para creer, para tener fe, para seguir ciertos rituales, ciertos dogmas, programado para ser nacionalista e ir a la guerra. Por eso su cerebro se ha convertido en una especie de computadora, aunque no tan capaz porque su pensamiento es limitado mientras que la computadora, aun siendo limitada, puede pensar mucho más rápido que el ser humano, lo supera.

Estos son hechos, es lo que realmente está sucediendo. Luego, ¿qué va a ser del ser humano? ¿Qué es el ser humano? Si los robots y la computadora pueden hacer casi todo lo que hace el ser humano, ¿cuál es, entonces, el futuro de la sociedad humana? Cuando los robots y las computadoras puedan construir automóviles —probablemente mucho mejor incluso—, ¿qué le sucederá al ser humano como entidad social? Tenemos frente a nosotros estos y otros muchos problemas. No podemos seguir pensando como cristianos, budistas, hindúes y musulmanes; estamos frente a una crisis tremenda, una crisis que los políticos nunca resolverán, porque están programados para pensar de forma particular, tampoco los científicos pueden comprender ni resolver la crisis; tampoco lo puede hacer

el mundo de los negocios, el mundo del dinero. El reto, el punto de inflexión, la decisión inteligente, no está en la política, en la religión ni en el mundo científico, está en nuestra conciencia. Uno tiene que comprender la conciencia de la humanidad, la cual nos ha llevado hasta este punto; uno tiene que tomarse esta cuestión muy en serio porque nos estamos enfrentando a algo realmente muy peligroso en el mundo donde prolifera la bomba atómica que algún lunático hará estallar. Todos tenemos que ser muy conscientes de todo esto.

Uno debe ser muy, muy serio; no puede ser indiferente, superficial, sino que tiene que preocuparse por comprender esta conducta y cómo el pensamiento humano nos ha llevado a todos a esta situación. Debemos ser capaces de ahondar en ello con mucho cuidado, con cautela y desde una observación profunda, para comprender juntos qué está sucediendo en lo externo y en lo interno. La actividad psicológica interna siempre supera la externa. Aunque tengan muchas regulaciones, sanciones y decisiones externas, todo lo externo queda destrozado por nuestros deseos psicológicos, nuestros miedos, ansiedades y por el anhelo de seguridad. Tenemos que comprender que aunque tengamos un aparente orden, el desorden interno siempre dominará eso que responde al conformismo, la disciplina y regulación externa. Puede que tengan instituciones muy bien estructuradas —políticas, religiosas, económicas—, pero cualquiera sean estas estructuras, a menos que nuestra conciencia interna esté en un estado de completo orden, el desorden interno siempre dominará lo externo. Lo hemos visto históricamente, y ahora está sucediendo frente a nuestros ojos. Es un hecho.

El punto de inflexión está en nuestra conciencia. Nuestra conciencia es un asunto muy complicado. Se han escrito volúmenes al respecto, tanto en oriente como en occidente. No somos conscientes de nuestra conciencia; para examinarla en toda su complejidad, uno debe estar libre para darse cuenta sin opción de su propio movimiento. Quien les habla no les está orientando para que miren o escuchen el movimiento interno de la conciencia de una forma particular. La conciencia es común a toda la humanidad. En todo el mundo el hombre sufre, tanto en lo interno como en lo externo: ansiedad, incertidumbre, toda esa desesperación de la soledad; hay inseguridad, celos, codicia, envidia y sufrimiento.

La conciencia humana es una; no es su conciencia o la mía. Esto es lógico, cuerdo, congruente: donde uno vaya, cualquiera sea el clima, sea uno rico o sufra una degradante pobreza, crea uno en Dios o en alguna otra entidad, la creencia y la fe es algo común a todos los seres humanos —puede que las imágenes y los símbolos sean completamente diferentes según las distintas localidades, pero provienen de algo común a toda la humanidad—. Esto no es una simple afirmación verbal. Si se lo toman como una afirmación verbal, como una idea, un concepto, entonces no verán el profundo significado que va implícito. Implica que su conciencia es la conciencia de toda la humanidad, porque usted sufre, está ansioso, se siente solo, inseguro, confundido, exactamente como los demás, aunque vivan a diez mil kilómetros.

Darse cuenta de ello, sentirlo —sentirlo en sus propias entrañas—, es por completo diferente de la simple aceptación verbal. Cuando uno ve que es el resto de la

humanidad, eso aporta enorme energía; uno atraviesa el paso estrecho de la individualidad, el paso estrecho de yo y el usted, del nosotros y ellos. Juntos estamos examinando toda esta compleja conciencia del hombre, no del hombre europeo, del asiático ni del de Medio Oriente, sino que juntos examinamos este extraordinario movimiento en el tiempo que se ha ido desarrollando en la conciencia a lo largo de millones de años.

Por favor, no acepten lo que dice quien les habla: si lo hacen, no tendrá ningún valor. Si no empiezan por dudar, por cuestionar, por ser escépticos para poder inquirir, si se aferran a sus propias creencias particulares, a la fe, a la experiencia o al conocimiento que han acumulado, entonces lo reducirán todo a algo muy pequeño con muy escaso significado. Si así lo hacen, no afrontarán el tremendo problema al que se enfrenta el ser humano.

Debemos ver qué es realmente nuestra conciencia. El pensamiento y todas las cosas que el pensamiento ha acumulado, forman parte de nuestra conciencia: la cultura en la que vivimos, los valores estéticos, las presiones económicas, la herencia nacional. Si es cirujano o carpintero, si se especializa en determinada profesión, esa conciencia de grupo forma parte de nuestra conciencia. Si vive en cierto país, con su particular tradición y cultura religiosa, esa conciencia particular de grupo se vuelve parte de la conciencia de todos.

Estos son hechos. Si es carpintero, debe tener ciertas habilidades, conocer la naturaleza de la madera y las herramientas del oficio; de modo que, poco a poco, pertenece a ese grupo que ha desarrollado estas habilidades concretas y que tiene su propia conciencia; lo

mismo sucede con el científico, el arqueólogo, igual que los animales que también tienen su propia conciencia particular de grupo. Si es ama de casa, tiene su propia conciencia particular de grupo, como todas las otras amas de casa. La permisividad se ha extendido por el mundo; empezó en el lejano occidente y se ha extendido por todo el mundo. Ese es un movimiento de conciencia de grupo. Observe su significado; investíguenlo, mire lo que implica.

Nuestra conciencia incluye, en sus capas más profundas, nuestros miedos. De generación en generación, el hombre ha vivido con miedo; ha vivido con el placer, con la envidia, con todos los tormentos de la soledad, la depresión y la confusión; ha vivido con gran dolor, con eso que él llama amor, y con el eterno miedo a la muerte. Todo esto es nuestra conciencia, la cual es común a toda la humanidad. Se trata de darse cuenta de lo que eso significa, de que no somos individuos separados. Resulta muy difícil aceptarlo porque hemos sido programados como las computadoras, programados a pensar que somos individuos. En lo religioso nos han programado para creer que somos almas separadas del resto. Al estar programados nuestro cerebro trabaja, siglo tras siglo, siguiendo un mismo patrón.

Cuando se comprende la naturaleza de nuestra conciencia, el esfuerzo concreto del 'yo' que sufre, pasa a ser algo global, y entonces se produce una actividad completamente diferente. Esta es la crisis en la que estamos. Nos han programado; al estar programados, podemos aprender —y ocasionalmente tener una percepción profunda—, pero nuestro cerebro se repite una y otra vez. Tan solo observe la realidad de este hecho: uno es cristiano,

budista o hindú, uno está en contra del comunismo, o es comunista o demócrata, repite, repite, repite. En ese estado de repetición, de vez en cuando, hay cierto progreso.

Así pues, ¿cómo un ser humano, que en realidad es el resto de la humanidad, afronta esta crisis, este punto de inflexión? ¿De qué modo usted, como ser humano que ha evolucionado durante milenios y milenios, que piensa como un individuo, lo cual es una ilusión, afronta este punto de inflexión, se da cuenta de lo que realmente sucede, y desde esa misma percepción se mueve en otra dirección totalmente diferente?

Vamos a comprender juntos qué significa mirar, mirar la realidad del pensamiento. Todos piensan, por eso están aquí. Todos piensan, y el pensamiento se expresa con palabras, a través de un gesto, una mirada, o bien de algún movimiento corporal. Como las palabras son comunes a todos, a través de las palabras entendemos el significado de lo que se dice. A su vez, el pensamiento es común a toda la humanidad, es la cosa más extraordinaria si uno lo descubre, porque entonces ve que el pensamiento no es de uno, no es mi pensamiento; es pensamiento. Debemos aprender a ver las cosas como realmente son, no como estamos programados a verlas. Observen la diferencia. ¿Podemos liberarnos de nuestra programación y mirar? Si miramos como cristianos, demócratas, comunistas, socialistas, católicos o protestantes —todos son prejuicios—, en ese caso no es posible comprender el enorme peligro, la crisis que estamos afrontando.

Si pertenecen a algún grupo, si siguen a algún gurú, o están comprometidos con alguna clase de acción, entonces, como están programados, serán incapaces de mirar las

cosas tal como realmente son. Tan solo si no pertenecen a ninguna organización, a ningún grupo, a ninguna religión ni nacionalidad en particular, pueden verdaderamente observar. Si han acumulado muchos conocimientos de los libros y de experiencias, su mente está llena, su cerebro está sobrecargado con las experiencias, con sus tendencias particulares, etc., y todo eso les impide mirar. ¿Podemos liberarnos de todo eso para mirar lo que de verdad está sucediendo en el mundo? El terror y las terribles divisiones sectarias de las religiones, un gurú oponiéndose a otro gurú absurdo, y detrás de todo esto está la vanidad, el poder, la posición, la opulencia de estos gurús, ¡es espantoso! ¿Puede uno mirarse a sí mismo, no como un ser humano separado, sino como un ser humano que es de hecho el resto de la humanidad? Si tiene ese sentimiento significa que siente un tremendo amor por los seres humanos.

Cuando uno es capaz de ver con claridad, sin distorsión, entonces empieza a investigar la naturaleza de la conciencia, incluidas las capas más profundas. Deben investigar todo el movimiento del pensar, porque el pensamiento es el responsable de todo el contenido de la conciencia, tanto de las capas profundas como de las superficiales. Si no pensaran, no existiría el miedo, ese sentido de placer, el tiempo; el pensamiento es el responsable. El pensamiento es responsable de la belleza de una catedral majestuosa, pero también es responsable de todas las tonterías que suceden dentro de la catedral. Todos los logros de los grandes pintores, poetas, compositores, son la actividad del pensamiento: el compositor, al escuchar internamente el maravilloso sonido, lo plasma en un papel; eso es la actividad del pensar. El pensamiento es el responsable de

todos los dioses del mundo, de todos los salvadores, de todos los gurús, de toda obediencia y devoción; todo eso es el resultado del pensamiento que busca la gratificación y escaparse de la soledad. El pensamiento es el factor común a todos los seres humanos. El aldeano más pobre de la India piensa, al igual que el jefe, que el líder religioso. Ese es un hecho común y cotidiano; es la base en la que se sostienen todos los seres humanos. No pueden eludirlo.

El pensamiento ha hecho cosas maravillosas para ayudar al ser humano, pero también ha generado enorme destrucción y terror en el mundo. Debemos comprender la naturaleza y la actividad del pensar: por qué piensa uno de cierta manera, por qué se apega a ciertas formas de pensar, por qué se aferra uno a ciertas experiencias, por qué el pensamiento no puede comprender la naturaleza de la muerte. Debemos examinar la estructura misma del pensamiento, no su pensamiento, porque es bastante obvio lo que es su pensamiento, ya que usted ha sido programado. Pero si investigamos con seriedad qué es el pensar, entonces entraremos en una dimensión totalmente diferente, la cual no es la dimensión de nuestro pequeño problema particular. Tenemos que comprender la tremenda actividad del pensar, la naturaleza del pensar, comprenderlo no como filósofo, como hombre religioso, como un miembro de una profesión particular, o como una ama de casa, sino comprender la enorme vitalidad del pensar.

El pensamiento es responsable de toda la crueldad, de las guerras, de las máquinas de guerra y de la crueldad de la guerra, de las matanzas, del terror, de las bombas, de los rehenes secuestrados en nombre de una causa, o sin

ninguna causa. El pensamiento también es responsable de las catedrales y de la belleza de sus estructuras, de los poemas más exquisitos; asimismo, es responsable de todo el desarrollo tecnológico, de la computadora con su extraordinaria capacidad para aprender y superar el pensamiento del ser humano. ¿Qué es el pensar? Es la respuesta, la reacción de la memoria. Si no tuvieran memoria, no podrían pensar. La memoria se acumula en el cerebro como conocimiento, como resultado de la experiencia. Así es como funciona nuestro cerebro: primero está la experiencia; esa experiencia puede provenir del inicio del ser humano, y la hemos heredado; esa experiencia nos aporta conocimiento, el cual se almacena en el cerebro; del conocimiento surge la memoria, y de esa memoria surge el pensamiento. Actuamos a partir de ese pensamiento, y de esa acción aprendemos más. Y el ciclo se repite. Experiencia, conocimiento, memoria, pensamiento, acción; de esa acción aprender más, y repetir. Estamos programados para ello. Siempre hacemos eso: recordamos un dolor, en el futuro evitamos ese dolor eludiendo cualquier cosa que nos cause dolor, lo cual se convierte en conocimiento, y eso se repite. Placer sexual, lo repetimos. Así es la actividad del pensar.

Observe la belleza de ello, observe cómo el pensamiento funciona de forma mecánica. El pensamiento se dice a sí mismo: «Soy libre para actuar». Sin embargo, el pensamiento nunca es libre porque se basa en el conocimiento, y el conocimiento, como es obvio, siempre es limitado; siempre será limitado porque es parte del tiempo. Aprenderé más, y para aprender más necesito tiempo. No hablo ruso, pero lo aprenderé: puede que necesite seis meses, un año o toda

la vida. El conocimiento es el movimiento del tiempo. Tiempo, conocimiento, pensamiento y acción; vivimos en ese ciclo. El pensamiento es limitado, por tanto, cualquier acción que el pensamiento produce, debe ser limitada, y esa limitación debe crear conflicto, división.

Si digo que soy hindú, que soy indio, estoy limitado, y esa limitación no solo produce corrupción sino conflicto, porque otro viene y dice: «Soy cristiano» o, «soy budista»; de modo que entre nosotros hay conflicto. Nuestra vida, desde que nacemos hasta que morimos, es una serie de luchas y conflictos de los que siempre tratamos de escapar, y eso a su vez, genera más conflicto. Vivimos y morimos en ese conflicto eterno y constante. Nunca buscamos la raíz de ese conflicto, la cual es el pensamiento, porque el pensamiento es limitado. Por favor, no pregunten: «¿Cómo detener el pensamiento?». Este no es el punto. El punto es comprender la naturaleza del pensamiento, mirarlo.

Saanen, Suiza
12 de julio de 1981

Capítulo 2

Computadora–aprender-romper el patrón del condicionamiento

Decíamos que la conciencia humana es similar en todos los seres humanos. Sea que vivamos en Oriente o en Occidente, nuestra conciencia está compuesta de muchas capas: miedos, ansiedades, placeres, sufrimientos, y toda clase de fe. En ocasiones, puede que en esa conciencia, tal vez, también haya amor, compasión, y que, de esta compasión surja una clase por completo diferente de inteligencia. Pero siempre está el miedo a terminar, a la muerte. Desde tiempos inmemoriales, los seres humanos de todo el mundo han tratado de descubrir si existe algo sagrado más allá del pensamiento, algo incorruptible y eterno.

Hay diferentes conciencias de grupo: los hombres de negocios con su conciencia, los científicos con la suya, los carpinteros con la suya, todas ellas son parte del contenido de la conciencia y producto del pensamiento. El pensamiento ha creado cosas maravillosas; desde la extraordinaria tecnología de las computadoras, a las telecomunicaciones, los robots, la cirugía y la medicina. El pensamiento ha inventado las religiones; todas las organizaciones religiosas tienen en común el pensamiento.

El pensamiento ha inventado la computadora. Tienen que comprender la complejidad y el futuro

de la computadora; sobrepasará al ser humano en su pensamiento; cambiará la estructura de la sociedad y de los gobiernos. Esta no es una conclusión descabellada de quien les habla, o alguna fantasía, es algo que realmente está sucediendo ahora, de lo cual no son conscientes. La computadora tiene una inteligencia mecánica; puede aprender e inventar. La computadora hará prácticamente innecesario el trabajo hombre —tal vez, trabaje solo dos horas al día—. Todos estos cambios están muy cerca. Puede que no les guste, que se rebelen contra ello, pero esto está al caer.

El pensamiento ha inventado la computadora, pero el pensamiento humano es limitado, y la inteligencia mecánica de la computadora está superando al ser humano. Revolucionará por completo nuestras vidas. Y bien, ¿qué será, entonces, del ser humano? Estos son hechos, no algunas conclusiones especializadas de quien les habla.

Cuando consideramos la capacidad de la computadora, en ese caso, debemos preguntarnos: ¿Qué hará el ser humano? La computadora asumirá la mayor parte de las actividades del cerebro. Luego, ¿qué le sucederá al cerebro? Cuando la computadora o el robot asuman el control del ser humano, ¿qué sucederá con lo humano? Nosotros, los seres humanos, hemos sido "programados" biológica, intelectual, emocional y psicológicamente, a través de millones de años, y repetimos el patrón del programa una y otra y otra vez.

Hemos dejado de aprender; y debemos investigar si el cerebro humano que ha sido programado durante tantos siglos, es capaz de aprender y transformarse a sí mismo en una dimensión completamente diferente de

forma instantánea. Si no somos capaces de hacerlo, la computadora, que es mucho más capaz, rápida y exacta, dominará las actividades del cerebro. Esto no es algo intrascendente, es un asunto muy, muy serio, sumamente serio. La computadora puede inventar una nueva religión. La podría programar un experto y erudito hindú, un católico, un protestante o un musulmán, ¡y la computadora acabaría siendo una maravillosa estructura para una nueva religión! Y si no nos damos cuenta de lo que está sucediendo, seguiremos esa nueva estructura creada por la computadora. Por favor, observen la gravedad de todo esto.

Durante miles y miles de años, nuestra conciencia ha sido programada a pensar que somos individuos, entidades separadas que luchan, que están en conflicto, desde que nacemos hasta que morimos. Estamos programados para eso; lo hemos aceptado. Nunca lo cuestionamos; nunca nos preguntamos si es posible vivir una vida sin ningún conflicto. Como nunca lo preguntamos, nunca aprenderemos de ello. Solo repetimos. Es una parte innata de nuestra existencia estar en conflicto —nuestro argumento es que la naturaleza está en conflicto—, y creemos que tan solo a través del conflicto hay progreso. A lo largo de la historia las religiones organizadas han mantenido la idea de la salvación individual. Nosotros estamos cuestionando muy seriamente si existe una conciencia individual; si usted, como ser humano, tiene una conciencia separada del resto de la humanidad. Tiene que responder a esto, no solo jugar con ello.

Al haber sido educados, programados, condicionados a ser individuos, nuestra conciencia es toda la actividad

del pensamiento. El miedo y la persecución del placer, son actividades del pensamiento. El sufrimiento, la ansiedad, la incertidumbre, los profundos remordimientos, las heridas psicológicas, la carga de siglos de sufrimiento, todo eso es parte del pensamiento. El pensamiento es el responsable de eso que llamamos amor, lo cual se ha convertido en placer sensual, algo que se desea.

Como dijimos, y lo repetiremos una y otra vez hasta estar del todo seguros, estamos pensando juntos, quien les habla no les dice qué deben pensar. No está haciendo propaganda, ¡la propaganda es una cosa horrible! No les está diciendo cómo deben actuar o qué deben creer, sino que juntos estamos investigando esa catástrofe que está sucediendo en el mundo externo, esa crueldad absoluta y esa violencia; y también el enorme conflicto que acontece en el interior de cada ser humano. Juntos lo estamos examinando. No se trata, si puedo señalarlo, que meramente escuchen algunas ideas o conclusiones; no estamos hablando de ideas, de conclusiones o creencias.

Estamos mirando este mundo que los seres humanos han creado, y del cual todos somos responsables. Tenemos que comprender claramente —en cualquier nivel que esta comprensión se pueda dar, ya sea intelectual, meramente verbal, o se trate de una comprensión del significado profundo, una comprensión que es acción—, que hemos llegado a un punto en el cual debemos tomar una decisión. No se trata de hacer uso de la voluntad, sino de esta decisión que surge de forma natural cuando empezamos a comprender toda la estructura y la naturaleza del mundo externo y también interno. Esa percepción produce una decisión, una acción.

El pensamiento ha creado los problemas que nos rodean, y nuestros cerebros están entrenados, educados, condicionados a solucionar problemas. El pensamiento crea los problemas, como la división entre nacionalidades. El pensamiento ha creado la división y el conflicto entre las distintas estructuras económicas; el pensamiento ha creado las diferentes religiones y las divisiones entre ellas y, por tanto, el conflicto. El cerebro está entrenado a intentar resolver estos conflictos que el pensamiento ha creado. Es esencial comprender profundamente la naturaleza de nuestro pensar y la naturaleza de las reacciones que surgen de nuestro pensar. Cualquier cosa que hagamos, el pensamiento domina nuestras vidas; el pensamiento está detrás de todas nuestras acciones. En toda actividad, sea sensual, intelectual o biológica, el pensamiento está todo el tiempo actuando. En lo biológico, durante siglos, el cerebro ha sido programado, condicionado —el cuerpo tiene su manera de actuar, la acción de respirar, el latido del corazón, etc.—, asimismo, si uno es católico, hindú o budista, repite ese condicionamiento una y otra vez.

El pensamiento es un movimiento en el tiempo y el espacio. El pensamiento es memoria, recuerdo de cosas pasadas. El pensamiento es la actividad del conocimiento, del conocimiento acumulado durante millones de años y almacenado como memoria en el cerebro. Si observamos la actividad de nuestro pensar, vemos que la experiencia y el conocimiento son las bases de nuestra vida. El conocimiento nunca es completo, siempre lo acompaña la ignorancia. Pensamos que el conocimiento resolverá todos nuestros problemas, ya sea el conocimiento del sacerdote, del gurú, del científico, del filósofo o del psiquiatra de

moda. Pero nunca nos preguntamos si el conocimiento en sí mismo puede resolver alguno de nuestros problemas, exceptuando, quizá, los problemas tecnológicos.

El conocimiento se consigue a través del tiempo. Para aprender un idioma se necesita tiempo. Aprender un arte o aprender a manejar un automóvil requiere tiempo. El mismo movimiento del tiempo se traslada al campo psicológico, y ahí también decimos: «Necesito tiempo para aprender de mí mismo». «Necesito tiempo para cambiar "lo que soy" en "lo que debería ser"». Trasladar la actividad del mundo exterior al mundo psicológico implica que el tiempo es un gran factor en nuestra vida: mañana, el pasado y el presente. El tiempo es pensamiento. Se necesita tiempo para adquirir conocimientos a través de la experiencia, tanto en el mundo externo como en el interno. Así es cómo hemos sido programados.

Al estar tan fuertemente programados, pensamos que el tiempo es necesario para que se produzca un cambio profundo y fundamental en la estructura humana. Empleamos el tiempo como pensamiento: «Soy esto, seré aquello». También en el mundo tecnológico decimos: «No sé cómo fabricar una computadora, pero aprenderé». El tiempo, el conocimiento, la memoria, el pensamiento son una sola unidad; no son actividades separadas sino un único movimiento. El pensamiento, que es el resultado del conocimiento, siempre es incompleto y, por tanto, limitado, porque el conocimiento es incompleto. Y todo lo que sea limitado debe generar conflicto. La nacionalidad es limitada, la creencia religiosa es limitada, la experiencia pasada o anhelada es limitada. Toda experiencia es inevitablemente limitada.

Interlocutor: ¿Por qué?

Krishnamurti: Porque siempre hay más experiencias. Puedo tener una experiencia sexual, o la experiencia de poseer riquezas, o bien renunciar a todo y entrar en un monasterio, todas estas experiencias son limitadas.

El pensamiento, al ser limitado, crea problemas: divisiones nacionales, económicas y religiosas; y luego el pensamiento dice: «Debo resolverlos». De modo que el pensamiento siempre está ocupado en solucionar problemas. Y la computadora, un mecanismo que hemos programado, puede aventajarnos a todos nosotros porque no tiene problemas; la computadora evoluciona, aprende, mejora.

Nuestra conciencia ha sido programada como una conciencia individual. Y nos estamos preguntando si esa conciencia, que hemos aceptado como individual lo es realmente. No digan: «¿Qué sucederá si no soy un individuo?». Podría darse algo totalmente diferente. Es posible que como individuo esté adiestrado a ejercer un oficio concreto, una profesión concreta: cirujano, médico, ingeniero, pero eso no lo convierte en un individuo. Puede que tenga un nombre diferente, o una forma, pero eso no hace que uno sea un individuo. Ni lo hace el aceptar lo que el cerebro a través del tiempo afirma: «Soy un individuo, mi deseo es realizarme, llegar a ser alguien mediante el esfuerzo». Esa llamada conciencia individual, lo que es usted, es la conciencia de toda la humanidad.

Si nuestra conciencia, que hemos aceptado como separada, no está separada, entonces, ¿cuál es la naturaleza de nuestra conciencia? Una parte de ella son las respuestas

sensoriales. Estas respuestas sensoriales, como es natural y necesario, están programadas para defendernos, para buscar alimento si tenemos hambre, para respirar de forma inconsciente. Estamos biológicamente programados. Luego, está el contenido de nuestra conciencia que incluye las múltiples ofensas y heridas psicológicas padecidas desde la infancia, las diferentes clases de sentimiento de culpabilidad; también incluye las diferentes ideas, las seguridades imaginarias, las distintas experiencias, tanto las sensoriales como las psicológicas; siempre está esa base, la raíz del miedo en sus múltiples formas. Y, por supuesto, al miedo le acompaña el odio. Donde hay miedo, tiene que haber violencia, agresividad, esa tremenda necesidad de éxito, tanto en el mundo físico como en el psicológico. En el contenido de la conciencia está esa constante persecución del placer: el placer de dominar, de poseer, el placer del dinero que da poder, el placer de un filósofo con su inmenso conocimiento, el del gurú con su circo. El placer, a su vez, tiene innumerables expresiones. También está el sufrimiento, la ansiedad, ese sentimiento permanente de profunda soledad y sufrimiento, no solo el llamado sufrimiento personal, sino también el enorme sufrimiento generado por las guerras, la negligencia, las interminables conquistas de un grupo a otro. En esa conciencia está el contenido racial y tribal; y por último, está la muerte.

Así es nuestra conciencia: creencias, certidumbre e incertidumbre, ansiedad, soledad y desdicha interminable. Estos son los hechos. Y nosotros decimos: «¡Esta es mi conciencia!». ¿Es eso así? Vayan al Lejano Oriente, al Oriente Medio, a América, a Europa, a cualquier lugar donde haya seres humanos: sufren, padecen ansiedad, se

sienten solos, deprimidos, melancólicos, luchan y están en conflicto, son exactamente igual que usted. Por tanto, ¿es su conciencia diferente de la de otro? Sé que para la gente es muy difícil aceptar esto; puede que lo acepten en base a la lógica, o intelectualmente, y digan: «Sí, es así, puede ser». Sin embargo, percibir la humanidad como un todo, sentir que uno es el resto de la humanidad, requiere mucha sensibilidad.

No es un problema que se deba resolver; no se trata de aceptar que no son individuos, o de esforzarse para sentir esta entidad humana global. Si hacen eso, lo convertirán en un problema, y el cerebro estará muy dispuesto a, ¡tratar de resolverlo! Pero si de verdad lo miran con su mente, con el corazón, si están completamente atentos a este hecho con todo su ser, entonces romperán el programa, se romperá de forma natural. Pero si dicen: «Lo romperé», regresarán una vez más al mismo patrón.

Para quien les habla esta es una realidad absoluta, no algo que acepta verbalmente porque es agradable; se trata de un hecho. Puede que lo examinen de forma lógica, razonable, cuerda, y encuentren que es así; pero el cerebro, programado para la sensación de individualidad, de nuevo reaccionará contra ello (eso que usted hace ahora). El cerebro es reacio a aprender mientras que la computadora aprenderá porque no tiene nada que perder. En cambio, ustedes sí que están temerosos de perder algo.

¿Puede el cerebro aprender? Ese es todo el punto; así que ahora vamos a investigar esta cuestión de qué es aprender. Para la mayoría, aprender es un proceso de adquisición de conocimientos: no hablo ruso pero lo aprenderé. Aprenderé día tras día, memorizando,

reteniendo ciertas palabras, ciertas frases y sus significados, la sintaxis y la gramática. Si me dedico a ello, puedo aprender cualquier idioma, con cierto tiempo. Para nosotros, en esencia, aprender es acumular conocimientos o habilidades. Nuestros cerebros están condicionados a este patrón: acumular conocimientos y, desde ahí, actuar. Para aprender un idioma, el conocimiento es necesario. Pero si estoy aprendiendo psicológicamente sobre el contenido de mi mente, de mi conciencia, ¿implica ese tipo de aprender, examinar cada capa de la conciencia, acumular conocimientos sobre ella, y actuar desde estos conocimientos, siguiendo así el mismo patrón que cuando uno aprende un idioma? Si el cerebro repite ese patrón cuando estoy aprendiendo sobre el contenido de mi conciencia, eso significa que necesito tiempo para acumular conocimientos de mí mismo, de mi conciencia. Así, defino cuáles son los problemas y el cerebro está listo para resolverlos; ha sido entrenado a resolver problemas. Se repite este patrón una y otra vez, y decimos que eso es aprender. ¿Existe un aprender que no sea éste? ¿Existe una acción de aprender diferente, que no consista en acumular conocimientos? ¿Ven la diferencia?

Lo pondré de otro modo: de la experiencia adquirimos conocimiento, y del conocimiento memoria; la respuesta de la memoria es el pensamiento; después del pensamiento viene la acción, y de esa acción, uno aprende más. Ese es el ciclo que se repite, ese es el patrón de nuestra vida. Esta forma de aprender nunca resolverá nuestros problemas, porque es una repetición. Adquirimos más conocimientos que podrían llevar a una mejor acción; pero esa acción es limitada, y eso es lo que seguimos repitiendo. La actividad

que surge de ese conocimiento no resolverá nuestros problemas humanos en absoluto. No los ha resuelto, ¡es tan obvio! Después de millones de años, no hemos resuelto nuestros problemas: nos cortamos el cuello unos a otros, competimos entre nosotros, nos odiamos mutuamente, queremos tener éxito, repetimos todo ese patrón desde los comienzos del ser humano, y todavía seguimos haciéndolo. Hagan lo que hagan, si siguen este patrón, no resolverán ningún problema humano, ya sea político, religioso o económico, porque el pensamiento es el que actúa.

Ahora bien; ¿existe otra forma de aprender? No aprender en el contexto del conocimiento, sino una forma diferente, una percepción-acción no acumulativa. Para descubrirlo, debemos investigar si es posible observar el contenido de nuestra conciencia y observar el mundo sin un solo prejuicio. ¿Es eso posible? No digan que es imposible, tan solo háganse la pregunta. Observen, si, cuando tienen un prejuicio, pueden observarlo con claridad. No pueden, es obvio. Si tienen cierta conclusión, cierta serie de creencias, conceptos e ideales, y quieren ver con claridad qué es el mundo, todas esas conclusiones, ideales, prejuicios, etc., realmente lo impedirán. La cuestión no es cómo liberarse de los prejuicios, sino ver con claridad, de forma inteligente, que cualquier clase de prejuicio, por noble o innoble que sea, impide de hecho, la percepción; ver eso pone fin a los prejuicios. Lo que importa no es el prejuicio, sino la necesidad de ver con claridad.

Si quiero ser un buen cirujano, no puedo hacerlo con ideales o teniendo prejuicios sobre los cirujanos; como es evidente, debo practicar la cirugía. ¿Pueden contemplar si una acción nueva es posible, una clase de conocimiento

nuevo, no acumulativo que rompa ese patrón, que rompa el programa de tal modo que uno actúe de manera completamente diferente? Durante millones de años, hemos vivido repitiendo el mismo proceso de adquirir conocimiento para luego actuar desde ese conocimiento. Ese conocimiento y esa acción son limitados. Esa limitación crea problemas, y el cerebro se ha acostumbrado a resolver los problemas que el conocimiento crea constantemente. El cerebro está atrapado en este patrón, y estamos diciendo que este patrón nunca resolverá nuestros problemas humanos, bajo ninguna circunstancia. Hasta ahora no los hemos resuelto, es obvio. Tiene que haber un movimiento diferente, por completo diferente, un movimiento de percibir-actuar que no sea acumulativo. Tener una percepción no acumulativa, es no tener ningún prejuicio; es no tener ningún ideal, concepto o fe en absoluto, porque todas estas cosas destruyen al ser humano, no resuelven sus problemas.

Así pues, ¿tiene algún prejuicio? ¿Un prejuicio que tenga algo en común con un ideal? ¡Por supuesto! Los ideales se cumplen en el futuro, y el conocimiento se vuelve pues muy importante para conseguir esos ideales. Por tanto, ¿puede uno observar sin acumular, sin la destructiva naturaleza del prejuicio, de los ideales, de la fe, de las creencias, y de sus propias experiencias y conclusiones? Existe la conciencia de grupo, la conciencia nacional, la conciencia lingüística, la conciencia profesional, la conciencia racial, y está el miedo, la ansiedad, la soledad, el sufrimiento, la búsqueda de placer, el amor y, por último, la muerte. Si siguen actuando dentro de ese círculo, perpetuarán esa conciencia humana en el mundo. Tan solo

observen esta verdad. Uno es parte de esa conciencia, y la alimenta diciendo: «Soy un individuo. Mis prejuicios son importantes. Mis ideales son esenciales», repite esa misma cosa una y otra vez. De modo que mantiene, sustenta, alimenta esta conciencia cuando repite ese patrón. En cambio, si rompe con esta conciencia, introduce un nuevo factor en la totalidad de esta conciencia.

Es decir, si comprendemos la naturaleza de nuestra propia conciencia, si vemos cómo actúa en este interminable ciclo de conocimiento, acción y división —una conciencia que hemos mantenido durante milenios—, si vemos la verdad de que todo esto es una forma de prejuicio y rompemos con ello, entonces introducimos un nuevo factor dentro de lo viejo. Lo cual significa que usted, como ser humano que es la conciencia del resto de la humanidad, puede romper con el viejo patrón de la obediencia y el aceptar. Este es el verdadero punto de inflexión, el punto crucial en nuestra vida. El ser humano no puede seguir repitiendo el viejo patrón, ha perdido su significado, en el mundo psicológico ha perdido su significado por completo. Si usted se realiza a sí mismo, ¿a quién le interesa? Si se convierte en un santo, ¿qué importancia tiene? Mientras que si rompe con todo esto totalmente, entonces afecta la totalidad de la conciencia humana.

Saanen, Suiza
14 de julio de 1981

Capítulo 3
Inteligencia-percepción profunda-conflicto

Me gustaría reiterar que no estamos tratando de convencerles de nada, eso debe quedar muy claro. No tratamos de persuadirles para que acepten un punto de vista particular. No tratamos de impresionarles de nada; no hacemos ninguna clase de propaganda. No hablamos de personalidades, ni de quién está en lo cierto o de quién se equivoca; más bien, tratamos de reflexionar, de observar juntos, qué es el mundo, qué somos nosotros, en qué hemos convertido el mundo, y en qué nos hemos convertido nosotros. Estamos tratando de examinar tanto lo interno como lo externo del ser humano.

Para observar con claridad, uno debe tener libertad para mirar, es obvio. Si nos aferramos a nuestras experiencias particulares, a nuestros juicios y prejuicios, entonces no es posible pensar con claridad. La crisis mundial a la que nos enfrentamos exige, demanda que pensemos juntos, no según alguna persona en particular, un filósofo o un gurú concreto. Tratamos de observar juntos. Es importante tener siempre presente que quien les habla tan solo señala algo que estamos examinando juntos. No es algo unilateral, más bien se trata de cooperar en examinarlo, de hacer juntos un viaje y, por consiguiente, de actuar juntos.

Es muy importante comprender que nuestra conciencia no es una conciencia individual. Nuestra conciencia no

solo es la de un grupo especializado: la nacionalidad, y todo eso, sino que también es todo el esfuerzo, el conflicto, la desdicha, la confusión y el sufrimiento humano. Juntos estamos examinando la conciencia humana, que es nuestra conciencia, no es suya o mía, es *nuestra* conciencia.

Uno de los factores necesarios en este examen es la capacidad de la inteligencia. La inteligencia es la capacidad para discernir, para comprender, para distinguir; también es la capacidad para observar, para recopilar todo lo que hemos acumulado, y actuar a partir de ahí. Pero ese recopilar, ese discernir, ese observar pueden estar prejuiciados; y el prejuicio niega la inteligencia. Si sigue a otro, niega la inteligencia; seguir a otro, por noble que sea, niega nuestra propia percepción, nuestra propia observación, tan solo sigue a alguien que le dice lo que debe hacer y pensar. Si hace eso, entonces no hay inteligencia; porque en eso no hay observación y, por tanto, no hay inteligencia. La inteligencia requiere dudar, cuestionar, no dejarse impresionar por otros, por su entusiasmo, por su energía. La inteligencia requiere un observar impersonal. La inteligencia no solo es la capacidad de entender algo que se explica de forma racional, verbal, sino que también implica reunir la mayor información posible, aún sabiendo que esa información, sea de algo o de alguien, nunca puede ser completa.

Donde hay inteligencia, hay duda, observación, y la claridad de un pensar racional e impersonal. Comprender la totalidad del ser humano, todas sus complejidades, sus respuestas físicas, sus reacciones emocionales, sus capacidades intelectuales, su afecto y sus esfuerzos, percibir todo esto en una sola mirada, en un solo acto, es

inteligencia suprema. Hasta ahora, la inteligencia no ha sido capaz de trascender el conflicto. Vamos a ver si juntos es posible que el cerebro esté libre de conflicto. Vivimos en conflicto desde que nacemos y así seguimos hasta que morimos, con esa constante lucha por ser, por ser algo en lo así llamado espiritual o en lo psicológico; o bien luchamos para tener éxito en el mundo, para realizarnos, todo lo cual es un movimiento del devenir: soy esto ahora, pero alcanzaré mi último destino, el principio supremo, sea que ese principio se llame Dios, Brahmán o tenga cualquier otro nombre. Esa lucha constante por llegar a ser o por ser algo, es lo mismo. No obstante, cuando uno trata de llegar a ser en distintas direcciones, está negando el ser. Cuando está tratando de ser, también eso es llegar a ser. Observe ese movimiento de la mente, del pensamiento: pienso, soy, y al estar insatisfecho, descontento con lo que soy, trato de realizarme en algo, me marco una meta concreta; puede que sea dolorosa, pero pienso que el final será placentera. Hay esa constante lucha por ser y por llegar a ser.

Todos tratamos de alcanzar algo; en lo físico, queremos una casa mejor, una mejor posición social con más poder, un status más alto. En lo biológico, si no nos sentimos bien, tratamos de sentirnos mejor. En lo psicológico, el proceso interno del pensamiento, de la conciencia, todo ese impulso que nos mueve internamente surge del reconocimiento de que uno realmente no es nada; y entonces, a través del llegar a ser nos escapamos de ello. En lo psicológico, en lo interno, siempre nos escapamos de "lo que es", siempre huimos de lo que somos, de lo que no es satisfactorio hacia lo satisfactorio. Tanto si consideramos esa satisfacción como bienestar profundo, felicidad, iluminación —todo

lo cual es una proyección del pensamiento—, o si la consideramos una forma de conseguir más conocimientos, sigue siendo el proceso del llegar a ser, o sea, soy esto y seré aquello.

Ese proceso implica tiempo. El cerebro está "programado" para esto. Nuestra cultura, nuestras sanciones religiosas, todo es un llegar a ser, todo dice: «Conviértase». Es un fenómeno que puede verse en todo el mundo. No solo en el mundo Occidental sino también en Oriente, todos tratan de llegar a ser algo o alguien, o de ser, de evitar. Ahora bien, ¿es ésa la causa del conflicto interno y externo? En lo interno está el imitar, el competir, el adaptarse a un ideal; en lo externo está el competir entre los individuos de un grupo contra los de otro grupo, una nación contra otra. En lo interno y en lo externo siempre existe ese impulso de llegar a ser, de ser algo.

Estamos preguntando, ¿es esa la causa básica de nuestro conflicto? ¿Está el hombre condenado, mientras viva en esta maravillosa tierra, al conflicto perpetuo? Uno puede racionalizar el conflicto, decir que la naturaleza está en conflicto, que el esfuerzo del árbol para alcanzar el sol es conflicto, y que el conflicto es parte de nuestra naturaleza, porque mediante el conflicto, mediante la competitividad, hemos evolucionado, hemos crecido hasta convertirnos en este maravilloso ser humano que somos —no lo digo de forma sarcástica—. Nuestro cerebro está programado para el conflicto. Tenemos un problema que nunca hemos sido capaces de resolver. Puede que escapen neuróticamente hacia alguna fantasía y se sientan del todo satisfechos en esa fantasía, puede que imaginen que en lo interno han logrado algo y se sientan del todo satisfechos con ello; una

mente inteligente debe cuestionar todo eso, debe dudar, debe ser escéptica. ¿Por qué los seres humanos, durante millones de años, desde el principio del ser humano hasta nuestros días, han vivido en conflicto? Aceptamos el conflicto, lo toleramos, decimos que está en nuestra naturaleza competir, ser agresivos, imitar, amoldarse; decimos que el conflicto es una parte del eterno patrón de la vida.

¿Por qué el hombre, que es tan altamente sofisticado en una dirección, es tan poco inteligente en otras? ¿Termina el conflicto por medio de los conocimientos —los conocimientos acerca de uno mismo, del mundo, de la materia—, termina el conflicto a través del aprender más de la sociedad con el fin de tener mejores organizaciones e instituciones, a través de la adquisición de más y más conocimientos? ¿Resolverá eso nuestro conflicto humano? ¿O el estar libre de conflicto no tiene nada que ver con el conocimiento?

Tenemos muchos conocimientos acerca del mundo, de la materia y del universo; también tenemos muchísimos conocimientos históricos sobre nosotros mismos, ¿liberarán estos conocimientos al ser humano del conflicto? ¿O liberarse del conflicto no tiene nada que ver con el análisis, con el descubrir las múltiples causas y factores de conflicto? El descubrir la causa, o las muchas causas de forma analítica, ¿liberará el cerebro del conflicto —ese conflicto que tenemos durante el día mientras estamos despiertos y que sigue cuando dormimos—? Podemos examinar e interpretar los sueños, podemos investigar toda la cuestión de por qué los seres humanos realmente sueñan; pero, ¿resolverá eso el conflicto? La mente analítica, la que

analiza la causa del conflicto con mucha claridad, de forma cuerda y racional, ¿terminará con el conflicto?

En el análisis, el analizador trata de analizar el conflicto, y al hacerlo se separa a sí mismo del conflicto. ¿Lo resolverá eso? ¿O la libertad no tiene nada que ver con ninguno de estos procesos? Si sigue a alguien que dice: «Le mostraré el camino; estoy libre de conflicto y le mostraré la forma de hacerlo», ¿le ayudará eso? Este ha sido el papel del sacerdote, el papel del gurú, el papel del llamado hombre iluminado: «Sígame, se lo mostraré»; o bien: «Le señalaré la meta». Durante milenios y milenios la historia nos lo enseña y, sin embargo, el ser humano no ha sido capaz de resolver ese conflicto tan hondamente arraigado.

Vamos a descubrir juntos —no con el fin de aceptarlo, ni como un concepto verbal o intelectual—, si existe una percepción, una acción que ponga fin al conflicto, no poco a poco, sino de forma inmediata. ¿Cuáles son esas implicaciones? El cerebro, al haber sido programado para el conflicto, está atrapado en ese patrón. Estamos preguntando si ese patrón puede romperse de inmediato, no poco a poco. Quizá piensen que pueden romperlo por medio de las drogas, del alcohol, del sexo, con distintas clases de disciplina, o entregándose a algo —el hombre ha intentado escapar de ese terror del conflicto de mil maneras diferentes—. Y bien, preguntamos, ¿es posible que un cerebro condicionado rompa ese condicionamiento de forma inmediata? Esa podría ser una pregunta teórica, no factual. También podrían decir que no es posible estar libre de este conflicto, que eso solo es una teoría, un anhelo, un deseo; pero si examinan la cuestión con racionalidad, con lógica, con inteligencia, verán que el tiempo no resuelve el

condicionamiento.

Lo primero que debemos entender es que el mañana psicológico no existe. Si uno ve eso de verdad, no de manera verbal, sino en lo hondo de su corazón, de su mente, en las mismas profundidades de su ser, se dará cuenta de que el tiempo no resolverá ese problema; lo cual significa que ya ha roto el patrón, que ha comenzado a ver las grietas de ese patrón del tiempo que hemos aceptado como un medio para solucionar, para romper con ese cerebro programado. Una vez que por sí mismo ve con claridad, de forma absoluta e irrevocable, que el tiempo no es un factor que libera, entonces empieza a ver las grietas en los muros que encierran al cerebro. Los filósofos y los científicos dicen que el tiempo es un factor de crecimiento biológico, lingüístico y tecnológico, pero nunca investigan la naturaleza del tiempo psicológico: soy esto, y seré aquello; no soy feliz, no me he realizado, estoy terriblemente solo, pero mañana será otro día. Si percibimos que el tiempo es el factor del conflicto, entonces, esa misma percepción es acción; ha habido una decisión —*uno* no ha decidido—, la misma percepción es la acción y la decisión.

Existen muchas clases de conflicto, miles de opiniones, y por tanto, miles de conflictos. No estamos hablando de las diferentes clases de conflicto, sino del conflicto en sí mismo. No hablamos de su conflicto particular —no me llevo bien con mi esposa, los negocios me van mal, esto o aquello—, sino del conflicto del cerebro humano durante la vida. ¿Existe una percepción, no nacida de la memoria, del conocimiento, que sea capaz de ver toda la naturaleza y estructura del conflicto, de percibir esa totalidad? ¿Existe realmente una percepción así, no una percepción analítica,

no un observar intelectual de las diferentes clases de conflicto, no una respuesta emocional al conflicto? ¿Existe una percepción que no pertenezca al recuerdo, el cual es tiempo y pensamiento? ¿Existe una percepción, que no sea del tiempo o del pensamiento, que pueda ver la totalidad de la naturaleza del conflicto, y a partir de esa misma percepción terminar con el conflicto?

El pensamiento es tiempo; el pensamiento es experiencia, es conocimiento acumulado en el cerebro como memoria. Es el resultado del tiempo: «Hace una semana no sabía, pero ahora sé». La multiplicación del conocimiento, la expansión del conocimiento, la profundidad del conocimiento pertenecen al tiempo. De modo que el pensamiento es tiempo, cualquier movimiento psicológico es tiempo. Si quiero ir de aquí a Montreux, si quiero aprender un idioma, si quiero reunirme con alguien en algún lugar distante, necesito tiempo. Y ese mismo proceso externo lo trasladamos a lo interno: «No soy, pero seré». Es decir, el pensamiento es tiempo; el pensamiento y el tiempo son inseparables.

Así pues, nos preguntamos, ¿existe una percepción que no sea del tiempo y del pensamiento, una percepción que esté totalmente fuera del patrón acostumbrado del cerebro? ¿Existe eso que, tal vez, sea lo único que puede resolver el problema? Después de un millón de años, no hemos resuelto el conflicto; seguimos atrapados en el mismo patrón. Debemos descubrir, de forma inteligente, con cautela, dudando, si hay una manera, si existe una percepción que abarque todo del conflicto, una percepción que rompa ese patrón.

Quien les habla ha planteado esta pregunta. Ahora

bien, ¿cómo la afrontamos juntos? Él puede estar equivocado, ser irracional, pero después de escucharle con mucha atención, es tanto su responsabilidad como la de quien les habla ver si eso es así, si es posible. No se trata de decir: «Bueno, eso no es posible porque nunca lo he hecho, no está dentro de mi mundo, no lo he pensado lo suficiente»; o bien, «No quiero pensar en ello porque estoy satisfecho con mi conflicto, y porque estoy muy seguro de que un día la humanidad estará libre de conflictos». Todo eso es escapar del problema. Y bien, ¿vemos juntos las complejidades del conflicto, sin negarlo? Está ahí, está ahí y es tan real como el dolor en el cuerpo. ¿Nos damos cuenta sin elección que es así y, al mismo tiempo, preguntamos si realmente existe una manera diferente de abordarlo?

De modo que, ¿podemos observar algo —no importa lo que sea—, sin nombrarlo, sin el recuerdo? Observar a un amigo, a nuestra propia esposa, o a quien que sea, observar a esa persona sin las palabras "mi esposa", "mi amigo", o "pertenecemos al mismo grupo", sin nada de todo esto, observar sin el recuerdo. ¿Alguna vez ha intentado hacerlo de forma directa? Mirar a la persona sin nombrarla, sin el tiempo, sin los recuerdos, y también mirarse a sí mismo, mirar la imagen que uno tiene de sí mismo, la imagen que ha construido del otro, mirar como si fuera la primera vez, igual que mira una rosa por primera vez. Aprender a mirar, aprender a observar esa cualidad que brota sin que intervenga el pensamiento. No digan que es imposible. Si acude a un profesor y no sabe nada de la materia que enseña pero desea aprender de él (yo no soy su profesor), le escuchará. No dirá: «Sé algo de esa materia», «Está usted equivocado», «Está en lo cierto», o: «No me gusta

su actitud». Escuchará, averiguará. Cuando uno comienza a escuchar con sensibilidad, con atención, empieza a descubrir si el profesor es un farsante que emplea un montón de palabras, o es un profesor que realmente ha investigado a fondo su asignatura. Y bien, ¿podemos escuchar y observar juntos, sin la palabra, sin los recuerdos, sin toda la actividad del pensar? Lo cual significa atención completa: no se trata de atención desde un centro sino de atención sin centro. Prestar atención desde un centro no es más que una forma de concentración. Pero si prestan atención sin un centro, eso significa que prestan atención completa; en esa atención no hay tiempo.

Muchos de ustedes, afortunada o desafortunadamente, han escuchado a quien les habla durante muchos años, y uno ve que no han roto ese "programa" del cerebro. Año tras año, escuchan reiteradamente esa afirmación, pero nada sucede. ¿Es porque quieren lograr, conseguir, alcanzar ese estado en el cual se ha roto el patrón del cerebro? Lo han escuchado pero nada ha sucedido, y tienen la esperanza de que sucederá —esa es otra manera de esforzarse por llegar a ser—. De modo que siguen en conflicto. Entonces deciden olvidarse de todo eso, y dicen que nunca más regresarán aquí porque no han conseguido lo que querían: «Quiero tenerlo pero no lo consigo». Ese querer es el deseo de ser algo, y genera conflicto.

Este deseo surge del cerebro "programado". Estamos diciendo: «Para romper ese programa, ese patrón, observe sin la actividad del pensar». Parece muy simple, pero observe la lógica, la razón, la cordura de ello, no porque lo diga quien les habla, sino porque es razonable. Como es obvio, uno debe ejercitar su capacidad de ser lógico,

racional pero, aun así, ser consciente de su limitación; porque el pensar racional o lógico siguen siendo parte del pensamiento. Se trata de ser conscientes de que el pensamiento es limitado, estar atentos a esa limitación y no seguir con ella, porque aunque vayan muy lejos, el pensamiento seguirá siendo limitado. Sin embargo, si observan una rosa, una flor, sin la palabra, sin decir su color, sino tan solo mirarla, entonces, de ese mismo mirar surge una enorme sensibilidad, eso rompe esa pesadez del cerebro y aporta una vitalidad extraordinaria. Cuando la percepción es pura, surge una clase de energía totalmente diferente, la cual no tiene relación ni con el pensamiento ni con el tiempo.

Saanen Suiza
16 de julio de 1981

Capítulo 4

Orden-relación-imagen-amor-deseo

El orden es necesario en nuestra actividad cotidiana; orden en nuestras acciones y orden en nuestras relaciones con los demás. Uno debe entender que la cualidad misma del orden es totalmente diferente a la cualidad de la disciplina. El orden surge cuando aprendemos sobre nosotros mismos directamente, y no según algún filósofo o psicólogo. Descubrimos el orden por nosotros mismos cuando estamos libres de todo sentido de obligación, de todo esfuerzo concreto dirigido a conseguir orden siguiendo un camino particular. Ese orden llega de forma muy natural; y en ese orden hay virtud. Es orden; no depende de un determinado patrón de conducta, y no solo se encuentra en el mundo exterior, el cual se ha vuelto tan caótico, sino también en lo interno, dentro de nosotros mismos, donde estamos tan poco claros, tan confundidos e inseguros. Aprender sobre nosotros mismos es parte del orden. Si sigue a otro, por erudito que sea, no podrá comprenderse a sí mismo.

Para descubrir qué es el orden, debemos empezar por comprender la naturaleza de nuestras relaciones. Nuestra vida es un movimiento de relación; por más que uno piense que vive solo, siempre está relacionado con una cosa u otra, sea con el pasado o con alguna imagen proyectada en el futuro. De modo que la vida es un movimiento de relación, y en esa relación hay desorden. Debemos examinar con

detenimiento por qué vivimos con ese desorden en nuestras relaciones con los demás, por íntima o superficial que sea.

Quien les habla no está tratando de persuadirles para que piensen en cierta dirección, ni ejerce ninguna clase de presión persuasiva o sutil en ustedes. Todo lo contrario, juntos estamos considerando nuestros problemas humanos, descubriendo cuál es nuestra relación mutua y si en esa relación puede haber orden. Para comprender el pleno significado de la relación mutua, por íntima o distante que sea, debemos empezar por comprender por qué el cerebro crea imágenes. Tenemos imágenes de nosotros mismos e imágenes de los demás. ¿Por qué cada uno tiene una imagen particular y se identifica con esa imagen? ¿Es esa imagen necesaria, le aporta a uno cierto sentido de seguridad? ¿Produce esa imagen una separación entre los seres humanos?

Debemos observar más de cerca la relación con nuestra esposa, esposo, amigo; observar con mucha atención, sin tratar de eludir o ignorar el hecho. Juntos debemos examinar y descubrir por qué los seres humanos de todo el mundo tienen esa extraordinaria maquinaria que crea imágenes, símbolos y patrones. ¿Se debe a que en estos patrones, símbolos e imágenes encontramos mucha seguridad?

Si lo observa verá que tiene una imagen de sí mismo, ya sea una imagen vanidosa, lo cual es arrogancia, o lo contrario. O bien ha acumulado muchas experiencias, ha adquirido enormes conocimientos, lo cual crea una imagen, la imagen del experto. ¿Por qué tenemos imágenes de nosotros mismos? Estas imágenes separan a las personas. Si tiene una imagen de sí mismo como suizo,

inglés, francés, etc., esa imagen no solo distorsiona su observación de la humanidad, sino que también le separa de los demás. Y donde hay separación, división, debe haber conflicto: como el conflicto actual que hay en todo el mundo, el árabe contra el israelí, el musulmán contra el hindú, una iglesia cristiana contra otra. La división nacional y las divisiones económicas, todas son el resultado de las imágenes, de los conceptos, de las ideas, y el cerebro se aferra a estas imágenes; ¿por qué? ¿Se debe a nuestra educación, a nuestra cultura, en la cual el individuo es lo más importante y la sociedad colectiva es algo por completo diferente del individuo?

Eso forma parte de nuestra cultura, de nuestra enseñanza religiosa y de nuestra educación cotidiana. Cuando uno tiene una imagen de sí mismo como inglés o americano, esa imagen le proporciona cierta seguridad; es bastante obvio. Una vez creada la imagen de uno mismo, esa imagen se vuelve semipermanente; uno trata de encontrar seguridad, protección, una forma de resistencia, ya sea detrás de esa imagen o en esa imagen. En la relación con otro, sea física o psicológica, por muy delicada o sutil, la respuesta se basa en una imagen. Si uno está casado o tiene una relación íntima con alguien, crea una imagen en la vida cotidiana; ya sea que se conozcan desde una semana o diez años, lentamente, paso a paso, se crea una imagen de la persona; se recuerda cada una de las reacciones, las cuales se van sumando a la imagen y se almacenan en el cerebro; de modo que la relación, sea física, sexual o psicológica, en realidad es entre dos imágenes, la propia y la del otro.

Quien les habla no está diciendo algo extravagante, exótico o fantástico; tan solo señala que estas imágenes

existen. Estas imágenes existen, y uno nunca puede conocer al otro del todo. Si uno está casado o tiene novia, nunca puede conocerla por completo; cree conocerla, porque al vivir con ella acumula recuerdos de muchos incidentes, irritaciones, y todos los sucesos que acontecen en la vida cotidiana; y ella también experimenta sus propias reacciones, y graba las imágenes de estas reacciones en su cerebro. Estas imágenes juegan un papel muy importante en nuestra vida. Según parece, muy pocas personas están libres de cualquier clase de imagen. Estar libre de imágenes es verdadera libertad. En esa libertad no hay la división que crean las imágenes.

Si uno es hindú, si ha nacido en la India con todo el condicionamiento que eso comporta, el condicionamiento racial, o el de un grupo concreto con sus supersticiones, sus creencias religiosas, sus dogmas y rituales, toda la estructura de esa sociedad, vive en esa red de imágenes, la cual es su propio condicionamiento. Y por mucho que hable de hermandad, de unidad, de totalidad, esas no son más que palabras vacías que no tienen ningún significado real en la vida cotidiana. Pero si se libera de toda esa imposición, de todo el condicionamiento de ese supersticioso sinsentido, entonces rompe la imagen. Y también en relación, si uno está casado o vive con alguien, ¿es posible no crear ninguna imagen en absoluto —no registrar los incidentes placenteros o dolorosos de esa relación particular, no registrar ningún insulto o halago, ni entusiasmo o desanimo—?

¿Es posible no registrar en absoluto? Porque si el cerebro está constantemente registrando todo lo que sucede en lo psicológico, nunca estará libre para permanecer en

silencio, nunca estará tranquilo, en paz. Si la maquinaria del cerebro está activa todo el tiempo, se desgasta; es obvio. Así sucede en nuestras relación de unos con otros —cualquier relación—, y si se produce ese registro constante, entonces el cerebro, poco a poco, empieza a deteriorarse y eso, en esencia, es la vejez.

De modo que al investigar surge esta pregunta, ¿es posible en nuestras relaciones, con todas sus reacciones y sutilezas, con todas sus respuestas básicas, es posible no recordar? Este recordar y registrar está todo el tiempo activo. Así que nos preguntamos, ¿es posible no registrar lo psicológico, sino tan solo registrar lo que es absolutamente necesario? Es necesario registrar ciertas cosas. Por ejemplo, uno tiene que registrar todo lo necesario para aprender matemáticas. Si quiero ser ingeniero, debo registrar todas las matemáticas relacionadas con las estructuras, etc. Si quiero ser físico, debo registrar lo que ha sido establecido en esa materia. Para aprender a manejar un automóvil, debo registrar. Sin embargo, ¿es necesario en nuestras relaciones, registrar lo psicológico, lo interno? Recordar incidentes pasados, ¿es eso amor? Cuando le digo a mi esposa: «Te amo», ¿surge eso de recordar todas las cosas que hemos compartido juntos, los incidentes, las dificultades, las luchas, que están registradas, almacenadas en el cerebro? ¿Son estos recuerdos verdadero amor?

Así pues, ¿es posible estar libre y nunca registrar en absoluto en lo psicológico? Eso solo es posible cuando hay atención completa. Si se presta atención completa no se registra.

No sé por qué necesitamos explicaciones, o por qué nuestros cerebros no son lo suficiente rápidos para captar,

para percibir de inmediato todo el punto. ¿Por qué no vemos este punto, la verdad de ello, y permitimos que la verdad opere y, por tanto, limpie la pizarra y que el cerebro no registre nada psicológicamente? La mayoría de los seres humanos son bastante indolentes, prefieren vivir en sus viejos patrones, en sus hábitos particulares de pensamiento; rechazan cualquier cosa nueva, porque creen que es mucho mejor vivir con lo conocido antes que con lo desconocido. En lo conocido hay seguridad —por lo menos creen que hay seguridad, que están seguros—, por eso siguen repitiendo, trabajando y luchando dentro del campo de lo conocido. ¿Se puede observar sin que opere todo ese proceso y esa maquinaria de la memoria?

¿Qué es el amor? Esta es una cuestión muy compleja; todos sentimos que amamos una cosa u otra, el amor abstracto, el amor a una nación, el amor a una persona, el amor a Dios, el amor a la jardinería, el amor a comer en exceso. Abusamos tanto de la palabra amor que ahora debemos descubrir qué es, en esencia, el amor.

El amor no es una idea. El amor a Dios es una idea, el amor a un símbolo sigue siendo una idea. Cuando van a la iglesia, se arrodillan y rezan, en realidad adoran o le rezan a algo creado por el pensamiento. De modo que observen qué sucede, el pensamiento lo ha creado, ese es un hecho real, adoran algo que ha creado el pensamiento; lo cual significa que, de forma muy sutil, se adoran a sí mismos. Esta puede parecer una afirmación sacrílega, pero es un hecho; es lo que está sucediendo en todo el mundo.

El pensamiento crea el símbolo con todos sus atributos, ya sea romántico, lógico o razonable; una vez creado, lo adoran, y se vuelven intolerantes hacia cualquier otra cosa.

Todos los gurús, todos los sacerdotes, todas las estructuras religiosas se basan en eso. Dense cuenta de la tragedia que eso implica. El pensamiento crea la bandera, el símbolo de un país, y después luchan por ella, se matan unos a otros por ella; su nación destruye la tierra al competir con otra nación, y resulta que la bandera se convierte en el símbolo de su amor. Durante millones de años hemos vivido así, y aún seguimos siendo seres humanos enormemente destructivos, violentos, crueles y cínicos.

Cuando decimos que amamos a otro, en ese amor hay deseo y las placenteras proyecciones de las distintas actividades del pensamiento. Uno debe descubrir si el amor es deseo, si el amor es placer, si hay miedo en el amor; porque si hay miedo debe haber odio, celos, ansiedad, posesividad, opresión. En la relación hay belleza, y todo el cosmos es un movimiento de relación. Cosmos es orden, y cuando uno tiene orden en sí mismo, tiene orden en sus relaciones y, por tanto, hay posibilidad de orden en nuestra sociedad. Si investigamos la naturaleza de la relación, descubrimos que el orden es absolutamente necesario; y desde ese orden surge el amor.

¿Qué es la belleza? Esta mañana, se ve la nieve fresca en las montañas, limpia, es una vista encantadora. Se ven aquellos árboles solitarios que se perfilan negros en contraste con esa blancura. Cuando miramos el mundo que nos rodea, vemos la maravillosa maquinaria, la extraordinaria computadora con su especial belleza; observan la belleza de un rostro, la belleza de una pintura, la belleza de un poema; al parecer reconocen la belleza externa. En los museos, o cuando asisten a un concierto y escuchan a Beethoven o a Mozart, ahí hay gran belleza,

pero siempre es externa. En las colinas, en los valles con el fluir de sus aguas, en el vuelo de los pájaros y en el canto de un mirlo en la madrugada, hay belleza. No obstante, ¿solo hay belleza en lo externo? ¿O la belleza es algo que tan solo existe cuando el 'yo' no está?

Si en una mañana soleada miramos aquellas montañas, cómo brillan con claridad en contraste con el cielo azul, su majestuosidad nos hace olvidar por un momento todos nuestros recuerdos acumulados. La belleza y la magnificencia externa, la majestuosidad y la fuerza de las montañas, borra todos nuestros problemas; aunque solo sea por un segundo nos olvidamos de nosotros. Hay belleza cuando nos olvidamos por completo de nosotros mismos. Pero no estamos libres de nosotros mismos; somos gente egoísta, interesados en nosotros mismos, con nuestra importancia, con nuestros problemas, con nuestras agonías, sufrimientos y soledad. Como nos sentimos tan desesperadamente solos, buscamos identificarnos con cualquier cosa, y nos aferramos a una idea, a una creencia, a una persona, sobre todo a una persona. Y de esa dependencia surgen todos nuestros problemas; el miedo nace donde hay dependencia psicológica y la corrupción surge cuando uno se aferra a algo.

El deseo es el impulso más persistente y vital en nuestra vida. Estamos hablando del deseo en sí mismo, no hablamos de desear una cosa en concreto. Todas las religiones han dicho que para servir a Dios, uno debe subyugar el deseo, destruirlo, controlarlo. Todas las religiones han dicho, sustituyan el deseo por una imagen creada por el pensamiento: la imagen que tienen los cristianos, la que tienen los hindúes, etc. Sustituyan lo

real por una imagen. El deseo real, ese deseo que arde, creen que uno puede trascenderlo sustituyéndolo con otra cosa, o bien, entregándose a aquello que uno considera como un maestro, salvador, gurú, lo cual sigue siendo la actividad del pensamiento. Este ha sido el patrón de todo el pensar religioso. Es necesario que uno comprenda todo el movimiento del deseo porque, como es obvio, el deseo no es amor ni compasión. Y sin amor, sin compasión, la meditación no tiene ningún sentido. El amor y la compasión tienen su propia inteligencia, que no es la inteligencia del astuto pensamiento.

Así pues, es fundamental comprender la naturaleza del deseo y por qué juega un papel tan importante en nuestra vida, cómo el deseo distorsiona la claridad, cómo impide esa cualidad extraordinaria del amor. Es esencial comprender el deseo, no reprimirlo, no tratar de controlarlo o dirigirlo hacia una dirección particular, lo cual pensamos nos traerá paz. Por favor, tengan presente que quien les habla no trata de impresionarles, de guiarles o de ayudarles, sino que juntos estamos recorriendo un sendero muy sutil y complejo. Debemos escucharnos unos a otros para descubrir la verdad sobre el deseo. Cuando uno comprende el significado, el sentido, la totalidad y la verdad del deseo, entonces el deseo tiene un valor o un impulso muy diferente en nuestra vida.

Cuando uno observa el deseo, ¿lo está observando como un espectador externo que mira el deseo? ¿O lo está observando a medida que surge? No lo mira como algo separado de sí mismo, uno es el deseo. ¿Ve la diferencia? O bien uno observa el deseo, —el deseo que tiene cuando ve en el escaparate algo que le gusta y desea comprarlo, ahí

el objeto es diferente de 'yo'—, o bien el deseo soy 'yo', de modo que hay una percepción del deseo sin el observador observando el deseo.

Uno puede mirar un árbol. «Árbol», es la palabra por medio de la cual uno reconoce eso que está erguido en el campo. Pero uno sabe que la palabra «árbol» no es el árbol. De forma similar, la esposa de uno no es la palabra; sin embargo uno ha hecho de la palabra, su esposa. No sé si ven todas las sutilezas. Uno debe comprender muy claramente y desde el principio, que la palabra no es la cosa. La palabra «deseo» no es la sensación que produce, esa extraordinaria sensación que hay detrás de esa reacción. De manera que uno debe estar muy alerta a no quedar atrapado en la palabra. El cerebro también debe estar lo suficiente activo para ver que el objeto puede crear el deseo, un deseo separado del objeto. ¿Se da cuenta de que la palabra no es la cosa, y de que el deseo no está separado del observador que observa el deseo? Se da cuenta de que el objeto puede crear el deseo, pero que el deseo es independiente del objeto?

¿Cómo florece el deseo? ¿Por qué lo mueve una energía tan extraordinaria? Si no comprendemos la naturaleza del deseo en toda su profundad, siempre estaremos en conflicto unos con otros. Uno puede desear una cosa, nuestra esposa puede desear otra, y los hijos algo diferente. Por eso siempre estamos en desacuerdo entre nosotros. A esta batalla, a esta lucha, la llamamos amor, relación.

Así que preguntamos, ¿cuál es el origen del deseo? Ahí debemos ser muy sinceros, muy honestos, porque el deseo es muy engañoso, muy sutil, a menos que comprendamos su raíz. Para todos nosotros las respuestas sensorias son importantes: la vista, el tacto, el gusto, el olfato, el oído;

para algunos, una respuesta sensoria es más importante que otra. Si somos artistas, vemos las cosas de un modo especial. Si somos ingenieros, entonces las respuestas sensorias son diferentes; así, nunca observamos de forma total, con todas las respuestas sensorias. Cada uno responde de una manera específica, dividida. ¿Es posible responder de manera total, con todos los sentidos? Observen cuan importante es. Si uno responde de forma total, con todos sus sentidos, se elimina el observador centralizado. Pero cuando uno responde de una manera particular a una cosa concreta, ahí empieza la división. Cuando dejen esta carpa observen, observen el fluir de las aguas del río, la luz centelleante en las rápidas aguas, descubran si pueden observarlo con todos sus sentidos. No me pregunten cómo hacerlo, porque entonces se vuelve mecánico. Sino más bien, edúquense a sí mismos a comprender la respuesta total de los sentidos.

Cuando vemos algo, ese ver produce una respuesta. Veo una camisa o un vestido verde, y ese ver despierta una respuesta. Entonces se produce el contacto. A partir de ese contacto, el pensamiento crea la imagen de uno vistiendo la camisa o el vestido, y de ahí surge el deseo. O veo un automóvil con unas líneas hermosas, un pulido perfecto, y que es muy potente. Camino alrededor del auto, examino el motor. Entonces, el pensamiento crea la imagen de uno entrando en el automóvil, encendiendo el motor, apretando el acelerador y manejando el auto. Así es como empieza el deseo, y el origen del deseo es el pensamiento que crea la imagen; hasta ese momento no había deseo. Así, están las respuestas sensorias, las cuales son normales, pero luego el pensamiento crea la imagen y, desde ese instante, empieza

el deseo.

Ahora bien, ¿es posible que no intervenga el pensamiento y que no fabrique la imagen? Eso es aprender acerca del deseo, lo cual, en sí mismo, es disciplina. Aprender acerca del deseo es disciplina, no así controlarlo. Si de verdad aprendemos acerca de algo, ese algo termina. Pero si dice que debe controlar el deseo, entonces está en un terreno por completo diferente. Cuando uno ve la totalidad de este movimiento, descubre que el pensamiento y su imagen no interfiere; tan solo ve, tan solo tiene una sensación y, ¿qué hay de malo en ello?

Estamos todos tan locos por el deseo, queremos realizarnos a través del deseo, pero no vemos los estragos que genera en el mundo: el deseo de seguridad individual, de logros individuales, de éxito, de poder, de prestigio. No sentimos que somos totalmente responsables de cada cosa que hacemos. Cuando uno comprende el deseo, su naturaleza, ¿qué lugar tiene, entonces? ¿Tiene algún lugar si hay amor? ¿Es el amor, entonces, algo tan enormemente alejado de la existencia humana que en realidad no tiene ningún valor? ¿O no vemos la belleza y la profundidad, la grandeza y lo sagrado que yace en la realidad del amor? ¿O se debe a que no tenemos la energía, el tiempo para estudiarnos y educarnos, para comprender qué es el amor? Sin amor y compasión con su inteligencia, la meditación tiene muy poco sentido. Sin ese perfume, no es posible encontrar aquello que es eterno. Por eso es tan importante que pongamos la "casa" de nuestra vida, de nuestro ser, de nuestras luchas, en orden total.

Saanen, Suiza
19 de julio de 1981

Capítulo 5
Cerebro-placer-miedo-imágenes

Debemos considerar juntos si el cerebro, que ahora solo funciona de forma parcial, tiene la capacidad de funcionar de manera total, completa. En la actualidad, solo utilizamos una parte del cerebro, cosa que cada uno puede observar por sí mismo; puede ver que la especialización, tal vez necesaria, hace que funcione únicamente una parte del cerebro. Si uno es un hombre de ciencias, y se especializa en esa materia, como es natural solo funciona una parte de su cerebro; sucede lo mismo si es matemático. En el mundo moderno, uno tiene que especializarse, y estamos preguntando, si aún así es posible permitir que el cerebro funcione de manera total, completa.

La otra pregunta es, ¿qué le sucederá a la humanidad, qué nos sucederá a todos nosotros cuando la computadora nos aventaje en rapidez y exactitud, tal como los expertos lo anticipan? Con el desarrollo del robot, el hombre solo tendrá que trabajar, tal vez unas dos horas al día. Puede que esto suceda en un futuro inmediato; ¿qué hará, entonces, el hombre? ¿Quedará atrapado en el mundo del entretenimiento? Eso ya está sucediendo: cada vez son más importantes los deportes, la televisión y las distintas clases de entretenimientos religiosos. ¿O bien el hombre se volverá hacia lo interno, lo cual no es un entretenimiento,

sino algo que requiere enorme capacidad para observar, examinar y percibir de forma no personal? Estas son las dos posibilidades. El contenido básico de nuestra conciencia humana es la búsqueda de placer y el evitar el dolor. ¿Buscará la humanidad cada vez más entretenimiento? Uno espera que estas reuniones no sean una forma de entretenimiento.

Y bien, ¿puede el cerebro estar totalmente libre de manera a funcionar de forma completa? Porque especializarse, seguir un camino, un guía o patrón, forzosamente implica que el cerebro funciona de forma parcial y, por tanto, con energía limitada. Vivimos en una sociedad de especialización: ingenieros, físicos, cirujanos, carpinteros, así como especialistas en creencias, dogmas y rituales. Algunas especializaciones son necesarias, como la del cirujano o la del carpintero; sin embargo, ¿puede el cerebro, a pesar de ellas, funcionar de forma completa, total y, en consecuencia, tener enorme energía? Considero que es una cuestión muy seria que debemos investigar juntos.

Si observamos nuestra propia actividad, descubrimos que el cerebro funciona de forma muy parcial, fragmentada, y el resultado es que nuestra energía disminuye más y más a medida que envejecemos. En lo biológico, en lo físico, cuando somos jóvenes tenemos mucha vitalidad; pero luego nos educan y tenemos que ganarnos la vida, lo cual requiere de una especialización, y así, la actividad del cerebro se reduce, se restringe, y cada vez tenemos menos energía.

Aunque el cerebro necesite cierta clase de especialización, —no necesariamente una especialidad religiosa, lo cual es superstición— por ejemplo, la del

cirujano, ¿puede el cerebro también funcionar como una totalidad? El cerebro solo puede funcionar como una totalidad, con toda esa enorme vitalidad de un millón de años pasados, cuando es completamente libre. La especialización, que hoy en día es necesaria para ganarse la vida, puede dejar de ser necesaria si la computadora la supera. Como es obvio, no sustituirá la cirugía; tampoco la capacidad a sentir la belleza, como cuando miramos las estrellas en el anochecer, pero podría superar con facilidad otras funciones.

¿Puede el cerebro humano estar completamente libre, sin ninguna clase de apego: apego a ciertas creencias, experiencias, etc.? Si el cerebro no puede estar totalmente libre, se deteriora. Cuando el cerebro está ocupado con problemas, con la especialización, con ganarse la subsistencia, está en actividades limitadas. Pero cuando la computadora asuma esa tarea, la actividad del cerebro disminuirá; por tanto, gradualmente se deteriorará. Esto no es algo del futuro, de hecho está sucediendo ahora si uno observa su propia actividad mental.

¿Puede nuestra conciencia, con su contenido básico formado por el miedo, la búsqueda de placer con todas sus implicaciones, la pena, la angustia y el sufrimiento, con sus heridas psicológicas, etc., puede esa conciencia llegar a ser totalmente libre? Puede que tengamos distintas clases de conciencia: conciencia grupal, conciencia racial, conciencia nacional, la conciencia del grupo católico, del grupo hindú, etc., pero, básicamente, el contenido de nuestra conciencia es el miedo, la búsqueda del placer con el consecuente dolor y sufrimiento, y por último la muerte. Esto constituye el contenido principal de nuestra

conciencia.

Juntos estamos observando el fenómeno de toda la existencia humana, que es nuestra existencia. Somos la humanidad, porque nuestra conciencia, ya sea la de un cristiano que vive en el mundo occidental, la de un musulmán en Medio Oriente, o la de un budista en el mundo asiático, básicamente es miedo, búsqueda el placer, y ese eterno peso del dolor, de las heridas psicológicas y del sufrimiento. La conciencia de uno no es algo personal de uno. Esto es muy difícil de aceptar, porque hemos sido tan condicionados y nos han educado de tal manera que resistimos el hecho real de que no somos individuos, de que somos la totalidad de la humanidad. Esta no es una idea romántica, no es un concepto filosófico, de ninguna manera esto es un ideal; si lo examinamos con atentación, es un hecho. Así que debemos descubrir si el cerebro puede liberarse del contenido de su conciencia.

Señores, ¿por qué escuchan a quien les habla? Al escucharle, ¿se están escuchando a sí mismos? ¿Sucede así? Quien les habla solo señala algo, actúa como un espejo en el cual pueden verse a sí mismos, ver la realidad de su propia conciencia; lo que señala quien les habla no es una descripción, la cual se convierte en una simple idea cuando se limitan a seguirla. Sin embargo, si mediante la descripción perciben por sí mismos la realidad de su propio estado mental, su propia conciencia, entonces el escuchar a quien les habla adquiere cierta importancia.

Y si al final de estas charlas públicas se dicen a sí mismos: «No he cambiado; ¿por qué? Es su culpa. Usted ha hablado durante cincuenta años quizá, y yo no he cambiado», ¿es culpa del orador? O dicen: «No he sido capaz de ponerlo

en práctica; como es natural, la culpa es del orador». Entonces se vuelven cínicos y hacen cosas absurdas. Así que, por favor, recuerden que no se trata de escuchar a quien les habla sino de mirar su propia conciencia a través de lo descrito en palabras, que es la conciencia de toda la humanidad. Puede que el mundo occidental crea en ciertos símbolos y rituales religiosos; el mundo oriental hace lo mismo, pero detrás de todos ellos está el mismo miedo, la misma búsqueda de placer, el mismo peso de la pena, del dolor, de las heridas psicológicas y del deseo de logro, todo lo cual es común a toda la humanidad.

De modo que al escuchar aprendemos de nosotros mismos, no solo seguimos la descripción. De hecho, estamos aprendiendo a mirarnos y, por tanto, a generar una libertad total, en donde pueda funcionar la totalidad del cerebro. Después de todo, la meditación, el amor y la compasión son actividades de la totalidad del cerebro. Cuando esa totalidad opera, hay un orden integral. Y cuando en lo interno existe ese orden, hay libertad total. Tan solo entonces puede haber algo eternamente sagrado. Lo cual no es una recompensa, no es algo que pueda conseguirse; aquello eternamente intemporal, sagrado, solo surge cuando el cerebro está por completo libre para funcionar en su totalidad.

El contenido de nuestra conciencia es el producto de todas las actividades del pensamiento; ¿puede ese contenido estar libre alguna vez de modo que surja una dimensión del todo diferente? Observemos toda la actividad del placer. No solo existe el placer biológico, que incluye el placer sexual, también está el placer de poseer, el placer de tener dinero, de lograr algo por lo que hemos trabajado; también

está el placer del poder político o religioso, el tener poder sobre una persona; el placer de adquirir conocimientos, y de expresarlos ya sea como profesor, escritor, o poeta; está la gratificación por llevar una vida muy estricta, moral y ascética, el placer de lograr algo interno que no es común a la persona corriente.

Ese ha sido el patrón de nuestra vida a lo largo de millones de años. El cerebro ha sido condicionado a eso y, en consecuencia, se ha vuelto limitado. Todo lo condicionado es limitado y, por lo tanto, cuando el cerebro busca diferentes clases de placer, es inevitable que se vuelva pequeño, limitado, estrecho. Es probable que, de forma inconsciente, uno se de cuenta de esto, vea que busca diferentes clases de entretenimiento, cierto alivio mediante el sexo, o diferentes clases de realización. Por favor, obsérvelo en sí mismo, en sus propias actividades cotidianas. Si lo observa, verá que el cerebro está todo el día ocupado con una cosa u otra, parloteando, hablando sin parar, como una máquina que nunca se detiene. Y, de seguir así, el cerebro se deteriorará poco a poco, y si la computadora lo aventaja se volverá inactivo.

Así, ¿por qué los seres humanos están atrapados en esa constante búsqueda de placer? ¿Por qué? ¿Se debe a que se sienten muy solos y están escapando de ese sentimiento de soledad? ¿Se debe a que desde la infancia han sido condicionados para eso? ¿Se debe a que el pensamiento crea la imagen del placer y luego la persigue? ¿Es el pensamiento el origen del placer? Por ejemplo, uno ha tenido cierta clase de placer, una comida muy sabrosa, placer sexual o el placer de un halago, y el cerebro registra ese placer. El cerebro registra los incidentes que le han producido placer,

y recordar estos incidentes de ayer, o de la semana pasada, es la actividad del pensar.

El pensamiento es el movimiento del placer; el cerebro registra los incidentes placenteros y excitantes, que merecen ser recordados, y luego, el pensamiento los proyecta hacia el futuro y los persigue. De modo que la pregunta es, ¿por qué el pensamiento da continuidad al recuerdo de un incidente pasado y terminado? ¿No es eso parte de nuestra ocupación? Un hombre que quiere dinero, poder, posición, está constantemente ocupado con ello. Tal vez, de manera similar, el cerebro está ocupado recordando lo que le produjo placer la semana pasada; al estar ese recuerdo retenido en el cerebro, el pensamiento lo proyecta como un placer futuro y lo busca. La actividad del pensamiento consiste en repetir el placer y, por tanto, es limitada; así, el cerebro nunca actúa como un todo, solo lo hace de forma parcial.

Ahora la siguiente pregunta que surge es, si ese es el patrón del pensamiento, ¿cómo puede el pensamiento detenerse? O mejor dicho, ¿cómo puede el cerebro dejar de registrar ese incidente que ayer le produjo deleite? Esa es una pregunta obvia, pero ¿por qué la hace uno? ¿Por qué? ¿Es porque uno quiere escapar de la actividad del placer? Y ¿no es ese mismo escapar una forma de placer? En cambio, si uno ve el hecho de que ese incidente que le produjo tanto deleite, placer o excitación, ha terminado, ha dejado de ser algo vivo, es algo que sucedió hace una semana, que fue real pero que ahora ya no lo es, ¿no puede entonces terminar con ello, eliminarlo, no darle continuidad? No se trata de *cómo* terminar con ello o de *cómo* detenerlo, tan solo se trata de ver realmente de qué modo actúan el cerebro y

el pensamiento. Si uno se da cuenta de ello, entonces el pensamiento se detiene por sí solo; deja de registrar el placer.

El miedo es un estado común a toda la humanidad, sea que uno viva en una pequeña casa o en un palacio, que no tenga trabajo o tenga mucho trabajo, que tenga enormes conocimientos de todo lo que hay sobre la tierra o sea un ignorante, que sea un sacerdote o el más alto representante de Dios; cualquier cosa que uno sea, siempre está el miedo arraigado en lo profundo, un miedo que es común a toda la humanidad. Esa es la base común sobre la cual se apoya toda la humanidad. No hay duda de ello; es un hecho absoluto, irrevocable, que no puede refutarse. Mientras el cerebro se encuentre atrapado en ese patrón del miedo, su actividad será limitada y, por consiguiente, nunca funcionará como un todo. De modo que si la humanidad debe perdurar como seres humanos y no como máquinas, es necesario descubrir por nosotros mismos si es posible estar completamente libres de miedo.

Nos interesa el miedo en sí mismo, no las expresiones del miedo. ¿Qué es el miedo? Cuando hay miedo, en ese mismo momento, ¿hay un reconocimiento de algo como miedo? ¿Puede el miedo describirse en el momento en que sucede la reacción? ¿O la descripción viene más tarde? "Más tarde" es tiempo. Supongamos que tengo miedo, ¿es miedo a algo, algo que hice en el pasado y no quiero que otros se enteren, o algo sucedió en el pasado que de nuevo despierta el miedo, o existe el miedo en sí mismo sin ningún objeto? En el instante en que hay miedo, ¿lo llama uno miedo, o esto sucede más tarde? Sin lugar a dudas, ocurre después de que haya sucedido. Esto significa que

uno recuerda previos incidentes de miedo almacenados en el cerebro inmediatamente después de que surja la reacción y la memoria dice: «Esto es miedo». En el momento de la reacción, uno no lo llama miedo; es solo después de suceder que uno lo llama miedo. El llamarlo miedo viene de otros incidentes que afloran en la memoria y que hemos llamado miedo. Uno recuerda esos miedos del pasado, y cuando surge esa nueva reacción, uno inmediatamente la identifica con la palabra "miedo". Eso es bastante simple. Así pues, la memoria siempre está actuando en el presente.

Y bien, ¿es el miedo tiempo? El miedo a algo que sucedió la semana antes, y que generó esa sensación que hemos llamado miedo, lo cual lleva implícito que no debe volver a suceder en el futuro. Sin embargo, puede ser que suceda y por eso tenemos miedo. A partir de ahí uno se pegunta, ¿es el tiempo la raíz del miedo?

Entonces, ¿qué es el tiempo? El tiempo del reloj es muy simple: el sol amanece a una hora concreta y se pone a otra hora; ayer, hoy y mañana. Esa es una secuencia natural del tiempo. También está el tiempo psicológico, el interno; recuerdo ese incidente que sucedió la semana pasada, que me produjo placer o despertó la sensación de miedo, y lo proyecto hacia el futuro —podría perder mi posición, mi dinero, mi esposa—, eso es tiempo. Luego, ¿es el miedo parte del tiempo psicológico? Eso parece. Y, ¿qué es el tiempo psicológico? No solo el tiempo físico necesita espacio, también lo necesita el tiempo psicológico: ayer, la semana pasada, el hoy modificado y el mañana. Hay espacio y tiempo. Eso es sencillo. Así pues, ¿es el miedo un movimiento en el tiempo? Y ¿no es ese movimiento en el tiempo, en lo psicológico, el movimiento del pensar? Por

tanto, es obvio que el pensamiento es tiempo, y el tiempo es miedo. Sentado en la silla del dentista sentí dolor. Uno registra, recuerda y proyecta ese dolor; espera que no se repita de nuevo —el pensamiento se mueve—. Así, el miedo es un movimiento del pensar en el espacio y el tiempo.

Si uno ve eso, no como una idea sino como un hecho, —lo cual significa que le presta al miedo atención completa en el momento en que surge—, entonces no se registra. Hágalo y lo descubrirá por sí mismo. Cuando presta atención completa a un insulto, no hay insulto. O si alguien viene y le dice: «¡Qué persona tan maravillosa es usted!», y presta atención, eso no produce ningún efecto. El movimiento del miedo es pensamiento en el tiempo y en el espacio. Eso es un hecho; no es algo que dice quien les habla. Si lo observa en sí mismo, entonces es un hecho irrefutable, no puede obviarlo; uno no puede escapar de un hecho, siempre está ahí. Puede que intente eludirlo, reprimirlo, que intente cualquier clase de escape, pero siempre está ahí. Si le presta atención completa al hecho de que el miedo es un movimiento del pensar, entonces, ese miedo psicológico desaparece. El contenido de nuestra conciencia es un movimiento del pensar en el tiempo y el espacio. Tanto si ese pensar es muy limitado como si es amplio y expansivo, sigue siendo un movimiento en el tiempo y el espacio.

El pensamiento ha creado, en lo psicológico, muchas clases diferentes de fuerzas dentro de nosotros, pero todas ellas limitadas. Cuando uno se libera de esa limitación, surge una fuerza asombrosa, no una fuerza mecánica, sino una enorme energía que nada tiene que ver con el pensamiento y, por tanto, no se le puede dar un mal uso a

ese poder, a esa energía. Pero si el pensamiento dice: «La usaré», entonces ese poder, esa energía desaparece.

Otro factor que existe en nuestra conciencia es el sufrimiento, la pena, el dolor, las heridas y ofensas que permanecen en la mayoría de los seres humanos desde la infancia. Estas heridas psicológicas, ese dolor, se recuerdan, siguen presentes; y la pena surge de ahí, también está involucrado el sufrimiento. Asimismo, existe un sufrimiento global de la humanidad que ha vivido miles y miles de guerras, las cuales han hecho llorar a millones de personas. La maquinaria de la guerra sigue presente en nosotros, impulsada por los políticos, reforzada por nuestro nacionalismo, por esa sensación de estar separados del resto, "nosotros" y "ellos", "usted" y "yo". Es un sufrimiento global que los políticos siguen generando y generando. Estamos preparados para otra guerra, y cuando nos preparamos para algo semejante, es inevitable que se produzca una explosión en algún lugar —puede que no suceda en Medio Oriente, puede que suceda aquí—. Cuando nos preparamos para algo, lo conseguimos, como cuando preparamos la comida. Pero somos tan estúpidos que todo esto sigue, incluido el terrorismo.

Estamos preguntando si puede terminar todo ese patrón: el sentirse lastimado, el experimentar la soledad y el dolor, el resistir, el separarse y aislarse, todo lo cual genera más dolor; asimismo, estamos preguntando también si puede terminar la pena, el dolor que se produce al perder alguna preciada y sostenida creencia, o la desilusión que aparece cuando perdemos a alguien a quien hemos seguido, a quien nos hemos entregado, alguien por quien nos hemos esforzado. ¿Es posible estar libre de todo esto *alguna vez*? Lo

es si lo ponemos en práctica y no nos limitamos a hablar de ello interminablemente. De momento, nos damos cuenta de que estamos psicológicamente heridos desde niños, vemos todas las consecuencias de estas heridas, pero nos resistimos, nos apartamos porque no queremos volver a ser heridos nunca más. Fomentamos el aislamiento y, por consiguiente, construimos un muro alrededor nuestro. Eso mismo hacemos en nuestras relaciones.

Las consecuencias de haber sido heridos desde nuestra niñez son la pena, la resistencia, la separación, el aislamiento, un miedo cada vez más profundo. Y, como ha dicho quien les habla, está el sufrimiento global de la humanidad; los seres humanos han sido torturados en las guerras, bajo las dictaduras, el totalitarismo, y eso en diferentes partes del mundo. Y está el sufrimiento por mi hermano, mi hijo, mi esposa, que me han abandonado o han muerto; el sufrimiento de la separación, el sufrimiento que surge cuando uno está muy interesado en algo y el otro no lo está. En todo ese sufrimiento no hay compasión, no hay amor. El cese del sufrimiento trae amor, no placer ni deseo, sino amor. Donde hay amor, hay esa compasión que se acompaña de inteligencia, la cual nada tiene que ver con la "inteligencia" del pensamiento.

Tenemos que mirarnos a nosotros mismos de muy cerca, como humanidad, y ver por qué a lo largo de nuestras vidas hemos cargado con todas estas cosas, por qué nunca hemos puesto fin a esa condición. ¿Se debe en parte a la indolencia y en parte al hábito? Por lo general decimos: «Forma parte de nuestro hábito, de nuestro condicionamiento; ¿qué puedo hacer al respecto? ¿Cómo puedo dejar de estar condicionamiento? No tengo la

respuesta; iré a ver al gurú más próximo, o al más lejano, o al sacerdote, a éste o a aquel». Nunca decimos: «Vamos a mirarnos a nosotros mismos de muy cerca y ver si podemos romper eso, como cualquier otro hábito». El hábito de fumar se puede romper, al igual que el de las drogas y del alcohol; pero decimos: «No importa, de todas maneras estoy envejeciendo, el cuerpo se está destruyendo a sí mismo, ¿qué importa un poco más de placer?». De modo que seguimos con ello. No nos sentimos completamente responsables de todas las cosas que hacemos, más bien culpamos al entorno, a la sociedad, a nuestros padres, o a la herencia del pasado; siempre encontramos alguna excusa, pero nunca asumimos la responsabilidad de hacerlo, de romper con ello.

Si de verdad sentimos la urgencia, esa apremiante urgencia de descubrir por qué nos sentimos heridos, entonces se puede hacer. Nos sentimos heridos porque hemos construido una imagen de nosotros mismos; eso es un hecho. Cuando dice: «Me siento herido», es la imagen que tiene de sí mismo la que se siente herida. Si viene alguien y pone su pesada bota sobre esa imagen, eso le hiere. También se siente herido cuando se compara: «Soy esto, pero otra persona es mejor». Mientras uno tenga una imagen de sí mismo, se sentirá herido. Ese es un hecho, y si uno no presta atención a ese hecho, si guarda una imagen de sí mismo, sea la que sea, entonces alguien, clavará un alfiler en esa imagen y quedará herido. Si uno tiene una imagen de sí mismo hablando a un numeroso público, siendo famoso, habiendo conseguido una reputación y deseando mantenerla, entonces, alguien llegará y dañará esa imagen, alguien con más público. Si presta atención

completa a la imagen que tiene de sí mismo —atención, no concentración sino atención—, entonces verá que esa imagen no tiene sentido y desaparece.

Saanen, Suiza
21 de julio de 1981

Capítulo 6

Violencia-sufrimiento-muerte-amor

Creo que deberíamos considerar juntos, investigar con bastante profundidad, las consecuencias del dolor, con el fin de descubrir por nosotros mismos si el dolor y el amor pueden coexistir. Asimismo, ¿cuál es nuestra relación con el dolor de la humanidad? —no solo nuestras agonías cotidianas, nuestras heridas, nuestro dolor personal, y el sufrimiento que viene con la muerte—. La humanidad ha sufrido miles de guerras; no parece que las guerras vayan a terminar. Hemos dejado en manos de los políticos de todo el mundo la tarea de traer la paz, pero lo que ellos hacen, si uno llega a entenderles, nunca traerá la paz. Todos nos estamos preparando para la guerra. Esta preparación producirá una catástrofe en algún lugar del mundo. Nosotros, los seres humanos, nunca hemos logrado vivir en paz unos con otros. Hablamos mucho de paz, las religiones predican la paz —paz y buena voluntad en la tierra—, pero, según parece, nunca ha sido posible esa paz en la tierra, en esta tierra en la que vivimos, que no es británica o francesa, es nuestra tierra. Nunca hemos resuelto el problema de matarnos unos a otros.

Es probable que tengamos violencia en nuestros corazones. Nunca hemos estado libres de ese sentido de antagonismo, de venganza, nunca nos hemos liberado de nuestros miedos, sufrimientos, heridas, y del dolor de

la existencia cotidiana; nunca tenemos paz y bienestar, siempre estamos preocupados. Eso es parte de nuestra vida, parte de nuestro sufrimiento diario. El ser humano ha intentado muchas cosas para liberarse de ese sufrimiento sin amor; lo ha reprimido, lo ha evadido, se ha identificado con algo más grande, se ha aferrado a algún ideal, creencia o fe. Parece que ese sufrimiento no puede terminar; nos hemos acostumbrado a él, lo aceptamos, lo toleramos, y nunca nos preguntamos con seriedad, con esa enorme atención, si es posible dejar de sufrir.

También deberíamos considerar juntos las inmensas implicaciones de la muerte. La muerte es parte de la vida, aunque generalmente la posponemos o la eludimos, incluso cuando hablamos de ella. Pero ahí está, y es necesario investigarla. Asimismo, debemos investigar si el amor —no el recuerdo del placer, el cual nada tiene que ver con el amor y la compasión—, si el amor, con su propia y peculiar inteligencia que todo lo comprende, puede estar presente en nuestras vidas.

En primer lugar, como seres humanos, ¿queremos realmente liberarnos del sufrimiento? ¿Alguna vez lo hemos investigado de verdad?, ¿alguna vez hemos afrontado y comprendido todas las actividades y las consecuencias del sufrimiento? ¿Por qué nosotros, los seres humanos, que somos tan enormemente ingeniosos en el mundo tecnológico, nunca hemos resuelto el problema del sufrimiento? Es importante tratar esta cuestión juntos, y descubrir por nosotros mismos si el sufrimiento puede realmente terminar.

De diversas maneras, todos sufrimos. Está el sufrimiento que produce la muerte de alguien, el

sufrimiento por toda esta pobreza que conocen muy bien en Oriente, y el enorme sufrimiento de la ignorancia. Por "ignorancia" no me refiero al sentido del conocimiento libresco, sino a la ignorancia de no conocerse a sí mismo completamente, de no conocer todas las complejidades del 'yo'. Si eso no lo comprendemos muy bien, entonces el sufrimiento de la ignorancia seguirá. También está el sufrimiento de nunca ser capaces de darnos cuenta de algo fundamental, profundo, aunque seamos muy hábiles en cuanto a alcanzar con éxito logros tecnológicos y otros éxitos en este mundo.

Por muy estudiosos o eruditos que seamos, nunca hemos sido capaces de comprender el sufrimiento, no solo el del dolor físico, sino el profundo dolor psicológico. Está el sufrimiento de la lucha constante, el conflicto desde el momento en que nacemos hasta que morimos. Está el sufrimiento personal de no ser bello, tanto en lo externo como en lo interno. Está el sufrimiento del apego con su miedo, con su corrupción. Está el sufrimiento de no ser amado y el anhelo de ser amado. Está el sufrimiento de nunca comprender nada más allá del pensamiento, algo que sea eterno. Y, por último, está el sufrimiento de la muerte.

Hemos descrito distintas clases de sufrimiento. El factor central del sufrimiento es la actividad egocéntrica. Estamos todos demasiado preocupados por nosotros mismos, por nuestros interminables problemas, la vejez, el no ser capaces de tener una visión profunda y global de la vida. Todos tenemos imágenes de nosotros mismos y de los demás. El cerebro siempre está activo con sueños, ocupado con una cosa u otra, o bien creando con la imaginación

cuadros e ideas. Desde la infancia, poco a poco, construimos la imagen del 'yo'. Cada uno de nosotros hace eso; y esa imagen del 'yo' es la que se siente herida. Cuando el 'yo' se siente herido, hay resistencia, construimos un muro alrededor nuestro para que no nos hieran nunca más; lo cual genera más aislamiento y miedo, la sensación de no estar relacionado, de fomentar la soledad, que también causa sufrimiento.

Después de exponer las distintas clases de sufrimiento, ¿podemos mirarlas sin verbalizar, sin escapar del sufrimiento hacia alguna clase de adaptación religiosa intelectual o conclusión intelectual? ¿Podemos mirar el sufrimiento en su totalidad, sin escapar de él, sino permaneciendo con él? Supongamos que tengo un hijo sordo o ciego; soy responsable de él, y me produce sufrimiento saber que nunca verá la belleza del cielo, nunca escuchará el fluir de las aguas. Ese sufrimiento está ahí: quédese con él, no escape de él. O supongamos que sufro mucho por la muerte de alguien con quien he vivido durante años. En ese caso está ese sufrimiento que es la esencia del aislamiento; uno se siente totalmente aislado, solo.

Ahora bien, permanezca totalmente con esa sensación, sin verbalizarla, sin racionalizarla, sin escapar de ella, sin tratar de superarla, todo lo cual es la actividad que genera el pensamiento. Cuando hay ese sufrimiento y el pensamiento no interfiere en absoluto, lo cual significa que todo uno es sufrimiento, sin tratar de superar el sufrimiento, sino que lo único que hay es sufrimiento, entonces el sufrimiento desaparece. Solo cuando hay fragmentación del pensamiento hay sufrimiento.

Cuando sufre, permanezca con ello sin un solo movimiento del pensar, para que pueda expresarse la totalidad del sufrimiento. La totalidad del sufrimiento no significa que yo sufra, significa que yo soy el sufrimiento —y entonces no hay fragmentación alguna en ello—. Cuando la totalidad del sufrimiento está presente, sin ningún movimiento para evadirse, entonces el sufrimiento desaparece.

Si no termina el sufrimiento, ¿cómo puede haber amor? Extrañamente, hemos asociado el sufrimiento con el amor. Amo a mi hijo, y si muere me embarga el sufrimiento; asociamos el sufrimiento con el amor. Y bien, preguntamos, ¿cuando hay sufrimiento, puede realmente haber amor? Y ¿es el amor deseo? ¿Es el amor placer, de modo que cuando ese deseo o ese placer se nos niega hay sufrimiento? Decimos que el sufrimiento, al igual que los celos, el apego y la posesividad, son parte del amor; ése es nuestro condicionamiento, así es cómo se nos educa, es parte de nuestra herencia, de nuestra tradición. Así pues, el amor y el sufrimiento no pueden ir juntos de ninguna manera. Y eso no es una afirmación dogmática o retórica.

Cuando uno investiga la profundidad del sufrimiento y comprende su movimiento, el cual implica placer, deseo, apego y las consecuencias del apego que generan corrupción, cuando uno se da cuenta sin elección, sin ningún movimiento, de toda la naturaleza del sufrimiento, ¿puede, entonces, el amor coexistir con el sufrimiento? ¿O es el amor algo completamente diferente? Debemos tener muy claro que la devoción a una persona, a un símbolo, o a la familia, no es amor. Si siento devoción hacia usted, por diferentes razones, detrás de esa devoción hay un motivo.

El amor no tiene motivo. Si tiene un motivo, entonces, como es evidente, no es amor. Si me da placer sexual, o diversas clases de comodidad, en ello hay dependencia; el motivo es que dependo de usted porque me da algo a cambio; y como vivimos juntos, digo que eso es amor. Pero ¿lo es? Uno cuestiona todo eso y se pregunta, ¿puede haber amor si hay un motivo?

Donde hay ambición, sea en el mundo físico o en el psicológico: ambición de estar por encima de todo, de tener mucho éxito, de tener poder religioso o físico, ¿puede haber amor? Es evidente que no. Reconocemos que no lo hay y, no obstante, seguimos igual. Observen lo que le sucede al cerebro cuando juega estos trucos. Soy ambicioso, en lo espiritual quiero estar junto a Dios, más concretamente a su derecha, deseo lograr la iluminación, ya saben, todo ese engaño, no es posible lograr la iluminación, no es posible lograr aquello que está más allá del tiempo. La competitividad, el conformismo, los celos, el terrible miedo, el odio, todo eso sigue en lo psicológico, en lo interno; o bien somos conscientes de ello, o lo eludimos deliberadamente.

Sin embargo, le digo a mi esposa, a mi padre, o a quien sea: «Te amo». ¿Qué sucede cuando hay una contradicción tan profunda en mi vida, en mis relaciones? ¿Cómo puede esa contradicción tener ese sentido de enorme integridad? Y, no obstante, eso es lo que hacemos hasta que morimos. ¿Puede uno vivir en este mundo sin ambición, sin competir? Observen lo que sucede en el mundo externo. Las diversas naciones compiten entre sí, los políticos compiten unos con otros en lo económico, en lo tecnológico, en la fabricación de armamento para la

guerra; y como consecuencia, nos destruimos a nosotros mismos. Permitimos que esto siga sucediendo porque en lo interno también somos competitivos.

Como hemos señalado, si unos pocos comprendieran realmente lo que hemos estado hablando en los últimos cincuenta años, si fueran realmente comprometidos y hubieran eliminado el miedo, el sufrimiento, etc., eso afectaría la totalidad de la conciencia humana. Tal vez tienen dudas de si afectaría la conciencia de la humanidad. Hitler, y similares, han afectado la conciencia de la humanidad; Napoleón, los Césares, los carniceros del mundo han afectado la humanidad. También las buenas personas afectan la humanidad; no me refiero a las personas "respetables". Buenas son aquellos que viven su vida con plenitud, sin fragmentación.

Los grandes instructores del mundo han afectado la conciencia humana. Sin embargo, si hubiera un pequeño grupo de personas que comprendiera aquello que hemos estado hablando —no de forma verbal sino que realmente lo vivieran con gran integridad—, entonces eso influiría en toda la conciencia del ser humano. No se trata de una teoría; es un hecho real. Si comprenden ese simple hecho, verán el efecto que tiene; la televisión, los periódicos, todo afecta la conciencia del hombre. Así pues, el amor no puede existir si hay un motivo, si hay apego, si hay ambición y competitividad; el amor no es deseo ni placer. Solo sientan eso, véanlo.

Estamos investigando todo esto para producir orden en nuestra vida, orden en nuestra "casa", que está en desorden. ¡Hay tanto desorden en nuestra vida! Y sin establecer este orden total, integral, la meditación no tiene

ningún sentido. Si la "casa" no está en orden, uno puede sentarse a meditar con la esperanza de generar orden por medio de esa meditación; pero, ¿qué sucede cuando uno vive en desorden y medita? Tiene sueños fantasmagóricos, ilusiones y toda clase de resultados absurdos. Pero una persona cuerda, inteligente, lógica, debe poner orden en su vida cotidiana primero, y después investigar las profundidades de la meditación, su significado y belleza, la grandeza y el valor de la meditación.

Tanto si somos muy jóvenes, como de mediana edad o viejos, la muerte es parte de nuestra vida, como lo es el amor, el dolor, la desconfianza y la arrogancia. Pero no vemos que la muerte es parte de nuestra vida; queremos posponerla o situarla tan lejos como sea posible; de ese modo, introducimos un intervalo de tiempo entre la vida y la muerte. Bien, ¿qué es la muerte? Esta cuestión es, de nuevo, bastante compleja.

El concepto cristiano de la muerte y el sufrimiento, así como la conclusión asiática de la reencarnación, no son más que creencias y, como todas las creencias, no tienen fundamento. De modo que descartemos todo eso e investiguémoslo juntos. Puede que no sea agradable, que no quieran afrontarlo. Ahora viven con salud, tienen placeres, miedos, ansiedades, confían en el mañana, y no quieren implicarse en ponerle fin a todo esto. Sin embargo, si somos inteligentes, cuerdos, racionales, no solo tenemos que afrontar la vida con todas sus implicaciones, sino también las implicaciones de la muerte. Debemos conocer unas y otras. Esa es la totalidad de la vida, en ella no hay división. Ahora bien, ¿qué es la muerte aparte de la terminación de un organismo que ha vivido de manera

equivocada, siendo adicto a la bebida, a las drogas, a los excesos o al ascetismo y a la renuncia?

El cuerpo sufre esa constante lucha entre los opuestos, no tiene una vida armoniosa ni equilibrada, está en uno de esos extremos. El cuerpo también sufre enorme estrés impuesto por el pensamiento. El pensamiento dicta, de esa forma controla al cuerpo; y como el pensamiento es limitado genera desarmonía. Esa es la causa de que vivamos en desarmonía física, forzando, controlando, subyugando, estimulando el cuerpo, todos hacemos eso, incluyendo los ayunos por razones políticas o religiosas, que no dejan de ser violencia. El cuerpo puede soportar todo esto durante muchos años, alcanzar la vejez sin volverse senil. No obstante, el cuerpo inevitablemente perecerá, el organismo morirá, ¿es eso la muerte? ¿Es el cese del organismo, sea por alguna enfermedad, por vejez o accidente, es eso lo que nos preocupa? ¿Se debe a que el pensamiento se identifica a sí mismo con el cuerpo, con el nombre, con la forma, con todos los recuerdos, y dice: «Debo evitar la muerte»? ¿Se debe a que tenemos miedo de que ese cuerpo que hemos alimentado y cuidado muera?

Tal vez, no tenemos miedo de eso en concreto, tal vez haya una astuta ansiedad en ello, aunque eso no tiene demasiada importancia. Lo más importante para nosotros es que terminen las relaciones que tenemos, los placeres, los recuerdos agradables o desagradables, todo eso que constituye lo que llamamos vivir: la vida cotidiana, el ir a la oficina o a la fábrica, hacer con habilidad algún trabajo, tener una familia, estar apegados a la familia con todos los recuerdos de ella, mi hijo, mi hija, mi esposa, mi esposo, esa unidad familiar que rápidamente se desintegra.

Está la sensación de estar relacionados con alguien, aunque en esa relación haya mucho dolor y ansiedad; el sentimiento de vivir con alguien o de no hacerlo ¿eso es lo que tememos? ¿Qué terminen mis relaciones, mis apegos, algo que he conocido, algo a lo que me aferro, algo en lo que me he especializado durante toda mi vida, tengo miedo de que todo esto termine? Lo cual significa que termina todo lo que soy 'yo': la familia, el nombre, la casa, la tradición, la herencia cultural y racial; todo eso soy 'yo', ese 'yo' que lucha o está satisfecho. ¿Es eso lo que tememos? ¿Que termine el 'yo', lo cual, en lo psicológico, significa poner fin a la vida que llevo, esa vida que conozco con su dolor y sufrimiento, es eso lo que nos atemoriza?

Si tenemos miedo de eso y no lo resolvemos, aun así la muerte, inevitablemente, llegará; entonces, ¿qué le sucederá a esa conciencia que no es su conciencia sino la conciencia de la humanidad, la conciencia de toda esa inmensa humanidad? Mientras tenga miedo como individuo con mi conciencia limitada, a eso le tengo miedo, eso me asusta. Uno se da cuenta de que no es un hecho que la conciencia de uno esté por completo separada de la de cualquier otro, uno ve que esa separación es ilusoria, es ilógica, perjudicial. Es decir, tal vez uno comprende en su corazón, en su sentir, que uno es toda la humanidad, que no es una conciencia individual, lo cual no tiene sentido.

Así pues, uno vive esa clase de vida con dolor, sufrimiento, angustia, y si el propio cerebro no transforma algo de todo eso, la vida solo será una confusión más en la totalidad. Sin embargo, si uno comprende que su conciencia es la conciencia de la humanidad, y que uno es totalmente responsable de la conciencia humana, entonces se vuelve

enormemente importante liberarse de la limitación de esa conciencia. Cuando esa libertad existe, uno contribuye a romper la limitación de esa conciencia. Y entonces, la muerte adquiere un significado por completo diferente.

Uno vive lo que llamamos una vida individual, preocupado por sí mismo y por sus problemas particulares. Esos problemas nunca terminan, todo lo contrario, aumentan. Así es cómo uno vive. He crecido, he sido educado y condicionado a esa clase de vida. Llega usted como amigo, le agrado o siente afecto por mí, y me dice: «Mire, su conciencia no es suya; sufre como cualquier otra persona». Al escuchar eso, no rechazo lo que me dice porque es sensato, cuerdo, y veo que eso que me dice, tal vez, puede generar paz en el mundo. De modo que me pregunto: «Ahora mismo, ¿puedo liberarme del miedo?». Veo que soy completamente responsable de toda la conciencia. Veo que si investigo el miedo, estoy ayudando a la totalidad de la conciencia a reducir el miedo. Entonces la muerte tiene un significado muy diferente.

He dejado de tener fantasías, de que voy a sentarme cerca de Dios, o de que iré al cielo a través de alguna nebulosa peculiar. Vivo una vida que no es mía particular. Vivo una vida que pertenece a toda la humanidad, y si comprendo la muerte, si comprendo el dolor, estoy limpiando toda la conciencia humana. Por eso es tan importante comprender el significado de la muerte y descubrir que la muerte tiene una enorme importancia, una gran relación con el amor, porque donde usted pone fin a algo, ahí está el amor. Cuando pone un fin definitivo al apego, entonces hay amor.

Saanen, Suiza
23 de julio de 1981

Capítulo 7

Religión-concentración-atención-meditación

Hemos estado hablando del complejo problema de la existencia, de la formación de imágenes en nuestras relaciones con los demás, y de las imágenes que el pensamiento proyecta, a las cuales rendimos culto. Hemos hablado del miedo, del placer, de poner fin al sufrimiento, y de la cuestión de qué es el amor, aparte de todas las penurias implicadas en eso que llamamos amor. Hemos hablado de la compasión con su inteligencia, y de la muerte. Ahora debemos hablar de la religión.

Muchos intelectuales por todo el mundo, rehúyen el tema de la religión. Ellos ven lo que son las religiones en el mundo hoy en día, con sus creencias, sus dogmas, sus rituales y la estructura jerárquica en la que se basa su existencia; y ellos, más bien se mofan de ello y escapan de todo lo que tenga que ver con religión. Sin embargo, a medida que envejecen y se acercan a ese umbral llamado muerte, suelen regresar a su antiguo condicionamiento: se vuelven católicos o siguen a algún gurú de la India o de Japón. En todo el mundo la religión ha perdido su credibilidad y ha dejado de tener un significado en la vida cotidiana. Cuanto más lo examina uno, cuanto más consciente es del contenido completo de todas las estructuras religiosas, más escéptico se vuelve en relación a todo este asunto; y, al igual que los intelectuales, uno no

quiere saber nada de ellas. Y los que no son escépticos, tratan a las religiones de forma romántica, emocional o como una forma de entretenimiento.

Si uno descarta las actitudes intelectuales, románticas y sentimentales hacia las religiones, entonces puede empezar a preguntarse, no con ingenuidad sino seriamente, ¿qué es religión? —no con afán de buscar el simple significado de la palabra, sino profundamente—. Desde la antigüedad, el ser humano siempre ha creído que existe algo más allá de la vida cotidiana, de la desdicha común, de la confusión y del conflicto de la existencia diaria. En su búsqueda ha inventado toda clase de filosofías, ha creado toda clase de imágenes, desde las imágenes de los antiguos egipcios e hindúes hasta las actuales, quedando siempre atrapado, según parece, en alguna clase de engaño.

El ser humano se engaña a sí mismo, y desde estos engaños crea todo tipo de actividad. Si uno puede desechar todo eso, sin hipnotizarse a sí mismo sino estando libre de cualquier ilusión, entonces puede empezar a examinar, a investigar muy profundamente si existe algo más allá del contagio del pensamiento, más allá de la corrupción del tiempo, ver si existe algo más allá de nuestra acostumbrada existencia en el espacio y el tiempo, si existe o no algún camino, y cómo la mente puede llegar o alcanzar aquello. En el caso de hacerse esa pregunta, ¿por dónde empieza uno? ¿Se necesita alguna preparación, disciplina, sacrificio, control, cierto período de planificación para luego avanzar?

En primer lugar, es importante comprender que uno debe estar libre de todas las ilusiones. Ahora bien, ¿qué crea las ilusiones? ¿Acaso no es el deseo de alcanzar algo, de experimentar algo más allá de lo cotidiano: percepciones

extrasensoriales, visiones, experiencias espirituales? Uno debe tener muy claro la naturaleza del deseo, comprender el movimiento del deseo, que es el pensamiento con su imagen, y también no tener ningún motivo cuando uno investiga. Puede parecer muy difícil no tener ninguna intención, no tener una dirección fija de modo que el cerebro esté libre para investigar. Tiene que haber orden en la casa y en la vida de uno, en sus relaciones y en sus actividades. Sin orden, lo cual es libertad, no puede haber virtud. La virtud, la rectitud, no es algo que el intelecto pueda cultivar. Cuando hay orden, hay virtud; ese orden es algo vivo, no es una rutina ni un hábito.

En segundo lugar, ¿se puede aprender algo de esto? ¿Podemos aprender algo el uno del otro? Uno puede aprender de otro historia, biología, matemáticas, física; uno puede aprender de otro, o de los libros, el complejo conocimiento del mundo tecnológico, pero ¿se puede aprender algo psicológico de nuestras vidas, de aquello que es eterno? Siempre que exista algo eterno. ¿O no hay nada que aprender de otro, porque toda la experiencia humana, todo el conocimiento psicológico que la humanidad ha acumulado durante millones de años está en uno mismo? Si es así, si la propia conciencia de uno es la conciencia de toda la humanidad, entonces parece más bien absurdo y bastante ingenuo tratar de aprender acerca de uno mismo por medio de otro.

Se necesita claridad total para observar y aprender sobre uno mismo. Eso es obvio. Así pues, no existe tal cosa como la autoridad psicológica o espiritual, porque toda la historia de los seres humanos, que es la historia de la humanidad, está en uno mismo. En consecuencia,

no hay nada que experimentar; nada que aprender de otro que dice: «Yo sé» o, «Te mostraré el camino hacia la verdad», —de los sacerdotes de todo el mundo, o de cualquier intérprete entre lo 'superior' y lo 'inferior'—. Para aprender, para comprenderse a sí mismo, uno debe descartar toda autoridad; es evidente. La autoridad es parte de uno; uno es el sacerdote, el discípulo, el maestro, uno es la experiencia y lo supremo; si uno sabe cómo comprender.

No hay nada que aprender de nadie, incluido de quien les habla; en especial, uno no debe dejarse influir por quien les habla. Uno tiene que ser libre para investigar muy, muy hondamente, no de forma superficial. Puede que haya investigado en la superficie durante los últimos cinco o cincuenta años y haya llegado a un punto donde siente orden, más o menos, en su vida, y a medida que avance pueda poner más orden; de modo que pregunta, ¿qué es una mente religiosa capaz de comprender lo que es meditación?

En los últimos quince años, la palabra meditación se ha vuelto muy popular en Occidente. Antes, solo unos pocos, los que habían estado en Asia, investigaban las diferentes clases orientales de meditación. Los asiáticos dicen que tan solo por medio de la meditación puede uno alcanzar y comprender aquello que es eterno, que no tiene medida. Sin embargo, durante los últimos años, personas que no tienen otra cosa que hacer que llamarse a sí mismas "gurúes" han viajado a Occidente y han exportado esa palabra. Esa palabra ha hecho que la meditación se parezca a una droga. También están los diferentes sistemas de meditación: el tibetano, el hindú, el zen japonés, etc. El pensamiento ha inventado estos sistemas, y si el pensamiento es limitado,

es inevitable que los sistemas también lo sean.

Además, los sistemas se vuelven mecánicos, porque si uno repite y repite, es natural que la mente se embote, que se vuelva bastante estúpida y completamente crédula. Todo esto es de sentido común; aún así, son tales las ansías de experimentar algo espiritual, ya sea mediante las drogas, el alcohol, o siguiendo cierto sistema de meditación con la esperanza que nos aporte una experiencia excitante; es tal el aburrimiento en esa vida diaria de ir a la oficina durante los siguientes cuarenta años, para finalmente morir; son tan aburridas las religiones establecidas, que cuando alguien viene con algunos conceptos fantásticos, nos tragamos lo que dicen. Eso es lo que sucede; no es una exageración, no es un ataque personal a nadie, sino una exposición de las tonterías que están sucediendo.

De modo que si uno presta la suficiente atención a todo esto, lo descarta porque no tiene ningún sentido; uno no necesita ir a la India, al Tíbet o a Roma, siempre que utilice el sentido común, que tenga una mente crítica que cuestione lo que otros dicen, y también se cuestione a sí misma. Es muy importante cuestionar todo lo que uno considera una experiencia correcta, noble o real, y es fundamental tener una mente que sea capaz, racional, cuerda, que esté libre de cualquier ilusión y de cualquier clase de auto-hipnosis.

Y bien, ¿qué es un ser humano? El ser humano ha vivido en base al pensamiento; toda la arquitectura, la música, las cosas que están dentro de las iglesias, de los templos y de las mezquitas, son un invento del pensamiento. Todas nuestras relaciones se basan en el pensamiento; aunque decimos, «te amo», eso sigue basado en la imagen que el

pensamiento ha creado de la otra persona. Es asombroso la importancia que tiene el pensamiento para el ser humano, aunque el pensamiento en sí mismo sea limitado; su acción genera fragmentación: entre las personas, mi religión, mi país, mi Dios, mi creencia opuesta a la suya; todo eso es el movimiento del pensar, es espacio y tiempo.

La meditación es esa capacidad del cerebro que ha dejado de funcionar parcialmente, del cerebro que se ha liberado a sí mismo de su condicionamiento y, por tanto, funciona como un todo. La meditación de ese cerebro es diferente de la mera contemplación de la persona que está condicionada como cristiano o como hindú, cuya contemplación viene del trasfondo de una mente condicionada. La contemplación no nos libera del condicionamiento. La meditación requiere investigar mucho, y se vuelve enormemente seria para no funcionar de forma parcial.

Parcial quiere decir funcionar en una especialización u ocupación concreta, lo cual limita el cerebro porque acepta creencias, tradiciones, dogmas y rituales; todo eso son inventos del pensamiento. Los cristianos utilizan la palabra "fe": fe en Dios, fe en la providencia para que todas las cosas mejoren. Los asiáticos tienen sus propias formas de fe: el karma, la reencarnación y la evolución espiritual. Meditar y contemplar son diferentes, en el sentido que la meditación requiere que el cerebro actúe como un todo y deje de estar condicionado a funcionar de forma parcial. Ese es el requisito para meditar; de lo contrario, no tiene ningún sentido.

Así que preguntamos, ¿es posible vivir en este mundo, que exige ciertas formas de especialización: la habilidad

de un mecánico, un matemático, un ama de casa y, no obstante, estar libres de la especialización? Supongamos que soy físico teórico y he empleado gran parte de mi vida en las fórmulas matemáticas, las he pensado, las he cuestionado, he acumulado mucho conocimiento, de modo que mi cerebro se ha especializado, se ha limitado y, a partir de ahí, empiezo a investigar la meditación. De ser así, solo puedo entender parcialmente el significado y la profundidad de la meditación, porque estoy anclado en otra cosa, en la física teórica de mi profesión; y, anclado ahí, empiezo a investigar de forma teórica si existe la meditación, si existe lo eterno; por tanto, mi investigación también es parcial.

Pero tengo que vivir en este mundo; soy profesor en una universidad, tengo esposa e hijos, tengo esa responsabilidad y, tal vez, también tenga una enfermedad; no obstante, quiero investigar muy profundamente la naturaleza de la verdad, que es parte de la meditación. De modo que la pregunta es, ¿puedo estar especializado como físico teórico y, aun así, dejar eso en el nivel que le corresponde, para que mi cerebro (ese cerebro que es común a toda la humanidad) sea capaz de decir: «Sí, el cerebro está especializado en esa actividad, pero esa actividad no interferirá»?

Si soy carpintero, conozco la calidad de la madera, sus vetas, su belleza, y las herramientas necesarias para trabajarla. Veo que eso es natural, pero también veo que un cerebro que ha aprendido cierta especialidad no puede comprender la totalidad de la meditación. Si yo como carpintero entiendo esto, esa verdad, que como carpintero tengo un lugar pero también que esa especialidad no tiene

cabida en la totalidad de la comprensión, en comprender la totalidad de la meditación, entonces esa especialización se vuelve un asunto muy insignificante.

A partir de ahí empiezo a preguntarme, ¿qué es la meditación? En primer lugar, meditar requiere atención, lo cual es poner toda nuestra capacidad y energía para observar. La atención es diferente de la concentración. La concentración es un esfuerzo que hace el pensamiento de modo a enfocar su capacidad y su energía en un tema concreto. Cuando van a la escuela les enseñan a concentrarse; o sea, a centrar toda su energía en un punto determinado. La concentración no permite que interfiera ningún pensamiento; concentrarse implica controlar el pensamiento sin permitir que divague, manteniéndolo centrado en un tema concreto. Con lo cual, la actividad del pensamiento es la que concentra la atención y la energía en ese tema. En esta actividad del pensamiento hay imposición y control.

En la concentración están el controlador y lo controlado. El pensamiento divaga; el mismo pensamiento dice que no debe divagar y yo lo convierto en el controlador que afirma: «Debo concentrarme en esto». Por tanto, está el controlador y lo controlado. Bien, ¿quién es el controlador? El controlador es una parte del pensamiento y también es el pasado. El controlador dice: «He aprendido mucho, y para mí es muy importante controlar el pensamiento». O sea, el pensamiento se divide a sí mismo en el controlador y lo controlado; es un truco que el pensamiento se juega a sí mismo. Ahora bien, en la atención no hay controlador ni controlado, solo hay atención. Por eso es necesario examinar con detenimiento la naturaleza de la concentración, con

su controlador y controlado. En toda nuestra vida está el controlador: «Debo hacer esto, no debo hacer aquello, debo controlar mis deseos, mi enojo, mis impulsos».

Tenemos que tenerlo muy claro y comprender qué es la concentración y qué es la atención. En la atención no existe un controlador. Entonces, ¿hay en la vida cotidiana, una manera de vivir en la que no intervenga ninguna clase de control psicológico? Porque control significa esfuerzo, significa división entre el controlador y lo controlado; estoy enojado, debo controlar mi enojo; fumo, no debo fumar, tengo que dejar de fumar. Estamos diciendo que existe algo del todo diferente, lo cual puede ser mal interpretado y rechazado por completo, porque es muy común afirmar que todo en la vida es control, que si no se controla se volverá permisivo, irracional, sin sentido; por eso debe controlar.

Las religiones, las filosofías, los maestros, nuestras familias, nuestra madre, todos nos incitan a controlar. Nunca nos preguntamos quién es el controlador. El controlador surge del pasado, el pasado que es conocimiento y pensamiento. El pensamiento se divide a sí mismo en el controlador y lo controlado. Concentrarse es esa actividad. Si comprendemos esto, entonces surge una pregunta mucho más fundamental, es decir, ¿puede uno vivir en este mundo, con una familia y responsabilidades, sin una sombra de control? Observe la belleza de esta pregunta.

Durante miles de años nuestro cerebro ha sido entrenado a inhibir, a controlar, y ahora nunca opera en su totalidad. Observe por sí mismo qué hace el cerebro, observe la actividad de su propio cerebro de forma racional, crítica, de manera que no haya engaño ni hipnosis. La mayoría

de las meditaciones del mundo asiático incluyen control; control del pensamiento para tener paz en la mente, para que esté tranquila y que se termine ese parloteo constante. El silencio, la quietud y la completa tranquilidad de la mente son indispensables para percibir y lograr estas clases de meditaciones; por más sutiles que sean, tienen como base el control. Uno se pone en manos de un gurú, de algún ideal, y se olvida de sí mismo porque se ha entregado a algo, y con eso consigue paz; pero, de nuevo, eso es la actividad del pensamiento, del deseo y de la excitación de conseguir algo que le ofrecen.

La atención no es el opuesto de la concentración. El opuesto tiene sus raíces en su propio opuesto. Si el amor es el opuesto del odio, entonces el amor nace del odio. La atención no es el opuesto de la concentración, está por completo divorciada de ella. ¿Requiere la atención algún esfuerzo? Esa es una de nuestras actividades principales: debo esforzarme, soy perezoso, no deseo levantarme esta mañana pero debo hacerlo, debo esforzarme; no deseo hacer algo pero debo hacerlo. Observe la gran dificultad de captar de forma instantánea el significado de eso; tiene que explicarse, explicarse y explicarse. Parece que somos incapaces de percibir directamente la diferencia entre concentración y atención; somos incapaces de tener una percepción directa de qué es atención y estar atentos.

¿Cuándo hay atención? Como es obvio, no mediante el esfuerzo. Si uno hace un esfuerzo para estar atento, eso indica que está inatento y trata de que esa inatención se convierta en atención. Se trata más bien de tener una rápida percepción, ver la falsedad de todas las organizaciones religiosas al instante, de modo que uno esté libre de ellas,

ver al instante que el observador es lo observado y, por tanto, no hacer ningún esfuerzo; así es. El esfuerzo surge cuando hay división. ¿No indica eso que el cerebro de uno se ha vuelto torpe por culpa del entrenamiento recibido, de modo que el cerebro ha perdido su rapidez prístina, su capacidad de ver directamente sin tantas explicaciones ni palabras, palabras y más palabras?

Pero, por desgracia, uno tiene que investigar, tiene que investigar por qué nuestra mente, nuestro cerebro no puede, por ejemplo, captar de forma instantánea que la verdad no tiene caminos; es incapaz de ver la inmensidad de esa afirmación, su belleza, y descartar todos los caminos para que el cerebro se vuelva enormemente activo. Una de las dificultades es que uno se ha vuelto mecánico. Cuando el cerebro no es muy vital y activo, poco a poco se deteriora. Ahora el cerebro tiene que pensar, estar activo, aunque sea de forma parcial, pero cuando la computadora asuma todo el trabajo y gran parte del pensar, cuando funcione a una velocidad que el cerebro no pueda seguir, entonces el cerebro se deteriorará. Ya está sucediendo, no es una afirmación exagerada de quien les habla, está sucediendo ahora y no nos damos cuenta.

En la concentración siempre hay un centro desde donde se actúa. Cuando uno se concentra, lo hace por algún beneficio, por algún motivo profundo bien arraigado; uno observa desde ese centro. Mientras que en la atención no hay centro en absoluto. Cuando uno mira algo inmenso, como las montañas con su extraordinaria majestuosidad, con su perfil recortado en el cielo azul, y la belleza del valle, toda esa belleza por un instante bloquea el centro; por un segundo quedamos anonadados ante esa grandeza.

Belleza es esa percepción sin un centro. A un niño le damos un juguete, y queda tan absorto por él que deja de hacer travesuras; está totalmente con el juguete; pero si rompe el juguete, entonces vuelve a la posición de antes. La mayoría de nosotros estamos absortos por nuestros distintos juguetes que cuando dejamos de jugar, volvemos a lo que somos. Comprendernos a nosotros mismos sin ningún juguete, sin ninguna dirección, sin ningún motivo, es liberarse de la especialización, y eso hace que todo el cerebro esté activo. Cuando todo el cerebro está activo, hay atención total.

Uno siempre mira o siente con una parte de los sentidos: oye una música, pero nunca la escucha realmente. Uno nunca percibe nada con la totalidad de los sentidos. Cuando mira una montaña, debido a su majestuosidad, en ese momento los sentidos funcionan en su totalidad, y en consecuencia, uno se olvida de sí mismo. Si uno mira el movimiento del mar, o el cielo con la luna menguante, si está totalmente atento, con todos sus sentidos, en esa atención completa no hay un centro. Eso significa que la atención es silencio total en todo el cerebro, no hay más parloteo sino completa quietud; un silencio absoluto de la mente y del cerebro.

Hay varias clases de silencio: el silencio entre dos ruidos, el silencio entre dos notas, el silencio entre pensamientos, el silencio al entrar en un bosque; cuando hay mucho riesgo debido a la presencia de animales peligrosos, todo permanece en absoluto silencio. Ese silencio no es un producto del pensamiento, ni surge del miedo. Cuando uno tiene mucho miedo, los nervios y el cerebro permanecen quietos; sin embargo, la meditación no es esa cualidad de

silencio, es algo por completo diferente. El silencio de la meditación surge de la acción de la totalidad del cerebro funcionando con todos los sentidos activos; es esa libertad la que trae el silencio total de la mente. Tan solo una mente así, una mente-cerebro así, está en completa quietud —no la quietud producida por el esfuerzo, la determinación, el deseo o por un motivo—. Esa quietud es la libertad que produce el orden, lo cual es virtud, es rectitud en la conducta. Tan solo en ese silencio existe aquello que es innombrable y sin tiempo. Eso es meditación.

Saanen, Suiza
26 de julio de 1981

Capítulo 8
Relación-miedo-placer-dolor

Es una pena que solo tengamos dos charlas públicas, y por tanto es necesario condensar lo que vamos a tratar sobre la totalidad de la existencia. No estamos haciendo ninguna clase de propaganda; no les estamos persuadiendo para que piensen en cierta dirección, ni les estamos convenciendo de nada —esto tiene que quedar muy claro. No traemos nada exótico de Oriente, como las tonterías que están sucediendo en nombre de los gurús y de aquellas personas que escriben cosas extrañas después de visitar la India; no pertenecemos a estos grupos de personas en absoluto.

Más bien, queremos señalar que durante estas dos charlas públicas pensemos juntos, no se trata de simplemente escuchar ciertas ideas para luego estar de acuerdo o en desacuerdo con ellas; no estamos ofreciendo argumentos, opiniones, juicios, sino que juntos, y digo juntos, ustedes y quien les habla, vamos a observar en qué se ha convertido el mundo, no solo en Occidente sino también en Oriente, donde hay una tremenda pobreza, sufrimiento, una considerable superpoblación, y donde los políticos, al igual que aquí en Occidente, son incapaces de resolver lo que está sucediendo. Todos los políticos piensan en términos de tribalismo; el tribalismo se ha convertido en nacionalismo glorificado. No podemos, por lo tanto, confiar en ningún político, en ningún líder, ni en

ningún libro que trate de religión. No es posible confiar en ninguna de estas personas, ni tampoco en los científicos, los biólogos o los psicólogos. No han sido capaces de resolver nuestros problemas humanos. Estoy convencido de que estamos todos de acuerdo en eso. Tampoco podemos confiar en ninguno de los gurús que, por desgracia, vienen a Occidente y explotan a la gente, se hacen muy ricos; ellos no tienen nada tienen que ver con la religión, en absoluto.

Todo eso dicho, es importante que nosotros, ustedes y quien les habla, pensemos juntos. Por pensar juntos, no entendemos aceptar alguna clase de opinión o evaluación, sino observar juntos lo que está sucediendo en el mundo, no solo en lo externo sino lo que nos sucede a todos nosotros en lo interno, en lo psicológico. En lo externo, en el exterior, hay mucha inseguridad, confusión, guerras, o amenazas de guerra. Ahora mismo hay alguna guerra en alguna parte del mundo; los seres humanos se matan unos a otros. Eso no sucede en Occidente, aquí, pero sí existe la amenaza de una guerra nuclear, y la preparación para la guerra. Nosotros, los seres humanos comunes, no parecemos ser capaces de hacer algo al respecto. Hay manifestaciones, terrorismo, hambre, huelgas, etc. Un grupo tribal contra otro grupo, y los científicos contribuyen a eso; los filósofos, aunque hablen en contra de ello, en lo interno siguen pensando en términos de nacionalismo, según sus carreras particulares. De modo que eso es lo que sucede hoy en día en el mundo externo, lo cual cualquier ser humano inteligente puede observar.

En lo interno, en nuestras propias mentes y corazones, también estamos muy confundidos. No hay seguridad, no solo para nosotros sino tampoco, quizá, para las futuras

generaciones. Las religiones han dividido a los seres humanos en cristianos, hindúes, musulmanes, budistas, etc. Así pues, si consideramos todo esto, si lo observamos con objetividad, con calma y sin ningún prejuicio, es natural e importante que juntos pensemos en todo ello. Pensar juntos —no tener opiniones opuestas a otra serie de opiniones, no tener una conclusión en contra de otra conclusión, un ideal contra otro ideal—, sino pensar juntos y ver qué podemos hacer como seres humanos. La crisis no está en el mundo económico ni en el mundo político; la crisis está en la conciencia. Creo que muy pocos de nosotros nos damos cuenta de ello. La crisis está en nuestra mente y en nuestro corazón; es decir, la crisis está en nuestra conciencia. Nuestra conciencia es la totalidad de nuestra vida: nuestro nacionalismo, nuestras creencias, nuestras conclusiones, todos nuestros miedos, los placeres, los problemas que parecen no tener solución, y eso que llamamos amor, compasión; también incluye el problema de la muerte, el preguntarnos si existe algo más allá, algo más allá del tiempo, más allá del pensamiento, y si existe algo eterno. Ese es el contenido de nuestra conciencia.

Ese es el contenido de la conciencia de cada ser humano, en cualquier parte del mundo donde viva. El contenido de nuestra conciencia es el terreno común a toda la humanidad. Pienso que eso debe quedar muy claro desde el mismo principio. Cualquier ser humano en cualquier lugar del mundo, sufre, no solo físicamente sino también en lo interno: siente inseguridad, miedo, confusión, ansiedad, sin ninguna sensación de seguridad estable. De modo que nuestra conciencia es común a toda la humanidad. Por favor, escuchen esto. Puede que lo escuchen por primera

vez, así que por favor no lo descarten. Vamos a investigarlo, a considerarlo juntos, no cuando lleguen a su casa, sino ahora: su conciencia, lo que piensan, lo que sienten, sus reacciones, su ansiedad, su soledad, su sufrimiento, su búsqueda de algo que no sea meramente físico, algo que esté más allá de todo pensamiento, eso mismo le sucede a la persona que vive en la India, en Rusia o en América.

Todos padecen los mismos problemas que usted, los mismos problemas de relación con los demás, hombre, mujer. Todos compartimos ese mismo terreno de la conciencia; nuestra conciencia es común a todos, por tanto, no somos individuos. Por favor, consideren esto. Hemos sido educados, adiestrados, tanto en lo religioso como en lo académico, a pensar que somos individuos, que somos almas separadas que luchan para sí mismas, pero eso es una ilusión, porque nuestra conciencia es común a toda la humanidad. Por consiguiente, somos la humanidad, no somos individuos separados luchando para sí mismos. Esto es lógico, racional, cuerdo. No somos entidades separadas con contenidos psicológicos separados que luchan para sí mismas, sino que de hecho somos, cada uno de nosotros es, el resto de la humanidad.

Puede que acepten la lógica de esto intelectualmente, pero si lo sienten profundamente, entonces la totalidad de su actividad experimenta un cambio radical. Este es el primer tema que juntos debemos investigar: nuestra conciencia, o sea, nuestra forma de pensar, nuestra manera de vivir —algunos quizá con más comodidades, con más riquezas, con mayores facilidades para viajar que otros—, en lo interno y en lo psicológico, esa conciencia es exactamente la misma que la conciencia de quienes viven

lejos a miles y miles de kilómetros.

Todo es relación, nuestra vida en sí misma es estar relacionados. Observen lo que hemos hecho de nuestra relación con los demás, sea íntima o no. En toda relación hay enorme conflicto, lucha; ¿por qué? ¿Por qué los seres humanos, que han vivido más de un millón de años, no han solucionado el problema de la relación? Así que esta mañana vamos a examinarlo juntos. Vamos a observar juntos qué es de hecho la relación entre el hombre y la mujer. Toda sociedad se basa en la relación; sin relación no hay sociedad; sin relación la sociedad se convierte en una abstracción.

Uno observa que hay conflicto entre el hombre y la mujer. El hombre tiene sus propios ideales, sus propios afanes, ambiciones, siempre busca el éxito, ser alguien en el mundo. Y la mujer también lucha, también quiere ser alguien, desea realizarse, llegar a ser. Cada uno persigue su propia dirección; son como dos rieles de ferrocarril paralelos, nunca se encuentran excepto, tal vez, en la cama; pero por lo demás, si lo observan con atención, en realidad nunca se encuentran en lo psicológico, en lo interno. ¿Por qué? Esa es la cuestión. Cuando preguntamos por qué, siempre buscamos una causa, pensamos en términos de causalidad, esperamos que si entendemos la causa, tal vez entonces cambiaremos el efecto.

Nos estamos haciendo una pregunta muy simple pero, al mismo tiempo, muy compleja, ¿por qué los seres humanos no hemos sido capaces de resolver este problema de la relación, pese a haber vivido en esta tierra durante millones de años? ¿Se debe a que cada uno tiene su propia imagen particular creada por el pensamiento, y nuestra

relación se basa en dos imágenes, la imagen que el hombre crea de la mujer, y la imagen que la mujer crea del hombre? En esa relación somos como dos imágenes que viven juntas. Eso es un hecho. Si lo observan por sí mismos con atención, si se me permiten señalarlo, han creado una imagen de ella, y ella ha creado una imagen, una estructura verbal de usted, del hombre. Así pues, la relación es entre estas dos imágenes, que son un producto del pensamiento. Y el pensamiento no es amor.

Todos los recuerdos de la relación entre uno y otro, las representaciones mentales, las imágenes, las conclusiones mutuas son, si uno lo observa de cerca y sin ningún prejuicio, un producto del pensamiento; son el resultado de múltiples recuerdos, experiencias, irritaciones y soledad; por eso, en nuestra relación de unos con otros no hay amor, sino la imagen que el pensamiento ha creado. De modo que para comprender la realidad de las relaciones, debemos comprender todo el movimiento del pensar, porque vivimos en base al pensamiento; todas nuestras acciones se basan en el pensamiento, todos los grandes edificios, las catedrales, las iglesias, los templos y las mezquitas del mundo son el resultado del pensamiento. Y también todo lo que hay en el interior de estos edificios religiosos: las estatuas, los símbolos, las imágenes, todo ello es un invento del pensamiento. Esto es irrefutable.

El pensamiento no solo ha creado los edificios más maravillosos y el contenido de éstos, sino que también ha creado los instrumentos de la guerra, la bomba en todas sus distintas formas. El pensamiento también ha creado al cirujano, y sus maravillosos y delicados instrumentos quirúrgicos. Asimismo, el pensamiento ha producido al

carpintero, con su estudio de la madera y las herramientas que utiliza. Lo que contiene una iglesia, la habilidad de un cirujano, la pericia de un ingeniero que construye un hermoso puente, todo eso es el resultado del pensamiento; lo cual es innegable.

Así pues, uno debe investigar qué es el pensamiento, por qué los seres humanos viven en base al pensamiento, y por qué el pensamiento ha producido tanto caos en el mundo: guerras y falta de relación entre unos y otros; y también investigar la gran capacidad del pensamiento con su extraordinaria energía. Asimismo, debemos ver cómo, durante millones de años, el pensamiento ha generado tanto sufrimiento en la humanidad. Por favor, observemos y examinemos esto juntos. No se limiten a oponerse a lo que dice quien les habla, juntos examinemos lo que dice con el fin de comprender lo que realmente nos está sucediendo a todos nosotros los seres humanos, por qué nos estamos destruyendo a nosotros mismos.

El pensamiento es la respuesta a los recuerdos de cosas pasadas; también se proyecta a sí mismo como esperanza hacia el futuro. La memoria es conocimiento; el conocimiento es el recuerdo de la experiencia. Es decir, tenemos una experiencia; de esa experiencia surge el conocimiento como memoria, y desde esa memoria actuamos. De esa acción aprendemos, lo cual es conocimiento añadido. Así que vivimos atrapados en este ciclo: experiencia, memoria, conocimiento, pensamiento y, desde ahí, acción; siempre vivimos dentro del campo del conocimiento.

Estamos hablando de algo muy serio. No es algo para un fin de semana o para escucharlo de forma casual; tiene

relación con un cambio radical de la conciencia humana. Por tanto, tenemos que reflexionar juntos acerca de todo esto, mirarlo juntos, y preguntarnos por qué nosotros los seres humanos, quienes hemos vivido en esta tierra durante tantos millones de años, seguimos siendo lo que somos. Puede que hayamos avanzado en lo tecnológico, que tengamos mejores medios de comunicación, mejores transportes, más higiene, etc., pero en lo interno somos más o menos iguales que antes: infelices, inseguros, solitarios, cargados de ese bagaje del sufrimiento que no cesa. Cualquier persona seria que afronte este reto debe responder; no puede tomárselo a la ligera, darle la espalda. Por eso estas reuniones son muy, muy serias, porque es por eso que tenemos que poner nuestras mentes y corazones a descubrir si es posible que se produzca una mutación radical en nuestra conciencia y, por tanto, en nuestra acción y conducta.

El pensamiento nace de la experiencia y del conocimiento. No hay nada sagrado en el pensamiento; el pensar es un proceso material, un proceso de la materia. Y le hemos confiado al pensamiento la solución a nuestros problemas políticos, religiosos, y también de relaciones. Nuestras mentes y cerebros están condicionados, educados a resolver problemas. El pensar crea problemas, y luego nuestros cerebros y mentes están entrenados a resolverlos, con más pensamiento. Todos los problemas psicológicos, internos, los crea el pensamiento. Observen lo que está sucediendo. El pensamiento crea el problema psicológico; entonces, la mente que está entrenada a resolver problemas, sigue pensando más; es decir, el pensamiento crea el problema y luego trata de resolverlo. Está atrapado en un

proceso continuo, en una rutina.

De modo que los problemas se vuelven cada vez más complejos, cada vez más insolubles, con lo cual debemos descubrir si es posible afrontar la vida de manera diferente, no por medio del pensamiento, porque el pensamiento no resuelve nuestros problemas; todo lo contrario, el pensamiento genera enorme confusión. Debemos descubrir, si es posible o no, si existe una dimensión diferente, un enfoque por completo diferente de abordar la vida. Por eso es tan importante comprender la naturaleza de nuestro pensar. Nuestro pensar se basa en recordar cosas pasadas, o sea, en lo que sucedió la semana pasada, pensar en ello modificándolo en el presente y proyectándolo en el futuro. Este es, realmente, el movimiento de nuestra vida. De modo que el conocimiento se ha vuelto muy importante para nosotros, pero el conocimiento nunca es completo. En consecuencia, el conocimiento siempre vive a la sombra de la ignorancia. Ese es un hecho; no es un invento o una conclusión de quien les habla; es así.

El amor no es recuerdo; el amor no es conocimiento; el amor no es deseo ni placer. El recuerdo, el conocimiento, el deseo y el placer, se basan en el pensamiento. Nuestra relación con los demás, por íntima que sea, si lo miramos de cerca, se basa en recuerdos, los cuales son pensamiento. O sea, esa relación, aunque decimos que amamos a nuestra esposa, esposo, o novia, en realidad se basa en recuerdos, que son pensamiento. En esto no hay amor. ¿Ven de verdad este hecho? ¿O dicen: «Qué cosa tan terrible dice usted, yo amo a mi esposa»? Pero, ¿es así? ¿Puede haber amor cuando hay celos, posesividad, apego, cuando cada uno persigue su propia dirección particular de ambición,

codicia, envidia, como dos líneas paralelas que nunca se juntan? ¿Es eso amor?

Espero que estemos pensando y observando juntos, como dos amigos que pasean por un camino y ven lo que sucede a su alrededor, no solo lo más cercano lo cual se percibe en el instante, sino también lo que está a la distancia. Estamos haciendo el viaje juntos; tal vez, con afecto y de la mano, como dos amigos que examinan amigablemente el complejo problema de la vida, ninguno es un líder o gurú, porque cuando uno de verdad ve que su conciencia es la conciencia del resto de la humanidad, entonces comprende que uno es tanto el gurú como el discípulo, el profesor como el estudiante, porque todo eso está dentro de nuestra propia conciencia. Esa es una tremenda percepción. Así pues, a medida que uno empieza a comprenderse de forma profunda, se convierte en una luz para sí mismo y no depende de nadie, de ningún libro, de ninguna autoridad, incluido quien les habla; en ese caso, es capaz de comprender todo el problema del vivir y ser una luz para sí mismo.

El amor carece de problemas, y para comprender la naturaleza del amor y de la compasión con su inteligencia, tenemos que comprender juntos qué es el deseo. El deseo tiene una enorme vitalidad, un extraordinario poder de persuasión, impulso y logro; todo el proceso del llegar a ser, del triunfar, se basa en el deseo, ese deseo que nos hace compararnos unos con otros, imitar, amoldarnos. Es muy importante comprender nuestra propia naturaleza, para luego comprender qué es el deseo, sin reprimirlo, sin escapar de él, sin tratar de superarlo, sino simplemente comprenderlo, ver toda su fuerza. Podemos hacer eso

juntos, lo cual no significa que están aprendiendo de quien les habla. Él no tiene nada que enseñarles. Por favor, entiendan esto. Quien les habla tan solo actúa como un espejo donde pueden verse a sí mismos. Entonces, cuando se ven a sí mismos con claridad, pueden dejar el espejo, este deja de ser importante, pueden romperlo.

Para comprender el deseo se requiere atención, seriedad. Es un problema muy complejo comprender por qué los seres humanos han vivido con esa extraordinaria energía del deseo y con la energía del pensamiento. ¿Qué relación tienen el deseo y el pensamiento? ¿Qué relación tienen el deseo y la voluntad? En gran parte, vivimos empujados por la voluntad. Y bien, ¿cuál es el movimiento, la fuente, el origen del deseo? Si uno se observa a sí mismo, ve el origen del deseo: empieza con las respuestas sensorias; después, el pensamiento crea la imagen y, en ese instante, se inicia el deseo. Uno ve algo en un escaparate, un vestido, una camisa, un automóvil, lo que sea; uno lo ve, se produce la sensación, luego lo toca y, seguidamente, el pensamiento dice: «Si me pusiera esa camisa o ese vestido, ¡qué bien me quedaría!». Eso crea una imagen, y ahí comienza el deseo. De modo que la relación entre el deseo y el pensamiento es muy directa. Si no hubiera pensamiento, solo existiría la sensación. El deseo es la quintaesencia de la voluntad. El pensamiento domina la sensación y crea la necesidad, el deseo, la voluntad de poseer. Cuando en la relación interviene el pensamiento, que es recuerdo, que es la imagen que se crea el uno del otro, en eso no puede haber amor. El deseo sexual, u otras formas de deseo, impiden el amor, porque el deseo es parte del pensamiento.

En nuestra investigación debemos considerar la

naturaleza del miedo, porque todos estamos atrapados en esa terrible cosa llamada miedo; y parece que no somos capaces de resolverlo. O bien vivimos con el miedo, o bien nos acostumbramos a él, o escapamos a través de la diversión, del culto y de las distintas clases de entretenimiento, sea religioso o de cualquier otro tipo. El miedo es común a todos nosotros, tanto si vivimos en este ordenado y limpio país, como si vivimos en la India, donde todo es desorden, suciedad y superpoblación. El problema es el mismo, ese miedo con el cual el hombre ha vivido durante miles y miles de años, y que no ha sido capaz de resolver. ¿Es posible, uno hace esa pregunta con mucha seriedad, es realmente posible estar totalmente, completamente libre del miedo, no solo de las formas físicas del miedo, sino de las formas más sutiles del miedo interno: los miedos conscientes y los miedos profundos, ocultos, aquellos que ni sabemos que están ahí?

Investigar estos miedos no significa analizarlos. Cuando tenemos algún problema, la tendencia es acudir a un analista. Pero el analista es como usted o yo, tan solo que tiene cierta técnica. Analizar implica que hay un analizador; ¿es el analizador diferente de aquello que analiza? ¿O el analizador es lo analizado? El analizador es lo analizado. Se trata de un hecho obvio. Si yo me estoy analizando a mí mismo, ¿quién es ese analizador en mí que dice: «Debo analizarme»? Sigue siendo el analizador que se separa a sí mismo de lo analizado, y después examina aquello que quiere analizar. Por tanto, el analizador es lo que analiza, son lo mismo. Esta separación es un truco del pensamiento. Sin embargo, cuando observamos no hay análisis; solo está el observar las cosas tal como son

—el observar aquello que realmente es, no analizar lo que es, porque en el proceso analítico podemos engañarnos a nosotros mismos—. Si les gusta jugar a este juego pueden hacerlo y seguir analizando hasta que mueran, sin que nunca se produzca una transformación radical en sí mismos. Sin embargo, mirar el presente tal como es, no mirarlo como holandés, inglés, francés, esto o aquello, sino ver lo que realmente está sucediendo, esto es observar las cosas tal como realmente son.

Observar qué es el miedo no es examinar la causa del miedo, lo cual implica analizar e ir más y más atrás hacia el origen del miedo. Se trata de aprender el arte de observar y no de traducir o interpretar lo que uno observa, sino solo observar, como lo hace con una hermosa flor. En el momento en que la rompe, deja de ser una flor; eso es lo que hace el análisis. Es decir, se trata de observar la belleza de la flor, la luz del atardecer en una nube, o un árbol en medio del bosque, tan solo observarlo. Así, de forma similar, podemos observar el miedo y ver cuál es su raíz, no analizar las diferentes formas de miedo.

Estamos preguntando si es posible estar por completo libres del miedo. En lo psicológico, en lo interno, ¿cuál es la raíz del miedo? ¿Qué significado tiene el miedo? ¿No surge el miedo de algo que causó dolor en el pasado y que podría repetirse en el futuro? No que suceda ahora, porque ahora no siente miedo. Puede ver por sí mismo que el miedo es un proceso en el tiempo. La semana pasada sucedió algo, un incidente que produjo un dolor físico o psicológico, y de ahí surge el miedo a que se repita mañana. El miedo es un movimiento en el tiempo; un movimiento del pasado a través del presente, y que modifica el futuro. Así que

el origen del miedo es el pensamiento. Y el pensamiento es tiempo, es la acumulación de conocimientos a través de la experiencia, es la respuesta de la memoria como pensamiento, y luego, acción. De modo que el pensamiento y el tiempo son una sola cosa; el pensamiento y el tiempo son la raíz del miedo. Es bastante obvio. Es así.

Ahora bien, no se trata de detener el pensamiento o el tiempo. Por supuesto, es imposible detenerlos, porque la entidad que dice: «Debo detener el pensamiento», es parte del pensamiento. Por eso la idea de detener el pensamiento es absurda; implica un controlador que trata de controlar el pensamiento, y ese controlador es una creación del pensamiento. Por favor, solo entiendan esto: *el observar, en sí mismo, es acción,* no se trata de que uno haga algo con el miedo. No sé si lo entienden.

Supongamos que tengo miedo de una cosa u otra: de la oscuridad, de que mi esposa me abandone, de la soledad, de esto o aquello. Tengo mucho miedo. Viene usted y me explica todo el movimiento del miedo, el origen del miedo, lo cual es tiempo. Tuve un dolor; sufrí un accidente o algún incidente que me causó dolor; eso se registró en el cerebro, y recordar ese incidente pasado genera un pensamiento de que puede suceder de nuevo; por tanto, siento miedo. Al decirme eso, escucho con mucha atención lo que me dice, veo que lo que dice es lógico, sensato; no lo rechazo, escucho. Eso significa que el escuchar se vuelve un arte. No rechazo lo que me dice ni tampoco lo acepto, solo observo.

Observo que eso que me dice del tiempo y del pensamiento es un hecho. No digo: «Debo detener el tiempo y el pensamiento», sino que después de esa explicación, simplemente observo cómo surge el miedo,

que es un movimiento del pensamiento y del tiempo. Solo observo ese movimiento y no me aparto de él, no me escapo del miedo, sino que vivo con él, lo miro, pongo toda mi energía en mirarlo. Entonces veo que el miedo empieza a disolverse porque no hago nada al respecto, tan solo observo, pongo toda mi atención. Esa misma atención aporta claridad en el miedo. Atención significa que uno pone toda su energía en el observar.

¿Por qué el hombre busca placer? Por favor, pregúntese por qué. ¿Es el placer lo opuesto del dolor? Todos hemos padecido diferentes clases de dolor, tanto físico como psicológico. En lo psicológico, casi todos hemos sido lastimados en la niñez; eso es dolor. Como consecuencia de ese dolor, nos separamos, nos aislamos para evitar ser de nuevo lastimados. Desde niños, durante los años de escuela, cuando nos comparamos con otro que es más inteligente, nos herimos a nosotros mismos, y los demás nos hieren mediante diversas formas de reprimendas, diciéndonos cosas crueles, aterrorizándonos. Así que tenemos esa herida psicológica profunda con todas sus consecuencias, es decir, aislamiento, la resistencia, más y más retraimiento.

Y creemos que el opuesto de eso es el placer. El dolor y su opuesto, el placer. ¿Es la bondad el opuesto de la maldad? Si la bondad es el opuesto, entonces esa bondad contiene su propio contrario; por tanto, no es bondad. La bondad es algo por completo separado de aquello que no es bondad. Y bien, ¿es el placer el opuesto del dolor? ¿Están en contraposición? Siempre buscamos el contrapuesto, el opuesto. Así que uno pregunta, ¿está el placer totalmente separado, como lo es la bondad, de aquello que no es

placentero? ¿O el placer está teñido de dolor? Si uno mira el placer de cerca, ve que siempre es un recuerdo; ¿no es cierto? Cuando son felices, nunca dicen: «¡Qué feliz soy!». Siempre lo dicen después; es recordar aquello que les dio placer, como una hermosa puesta de sol, esa gloria de un crepúsculo lleno de una luz extraordinaria; aquello que le produjo un gran deleite. Entonces, al recordarlo, surge el placer. De modo que el placer también es parte del pensamiento, ¡es tan evidente!

Comprender la relación, el miedo, el placer y el dolor, es poner orden en nuestra casa. Sin orden, no es posible meditar. En realidad, quien les habla menciona la meditación al final de esta charla pública, porque la verdadera meditación no es posible si no han puesto orden en su casa, su casa psicológica. Si su casa psicológica está en desorden, si eso que somos está en desorden, ¿qué sentido tiene la meditación? Solo es un escape; conduce a toda clase de ilusión. Pueden sentarse con las piernas cruzadas o mantenerse rectos apoyados sobre la cabeza durante el resto de sus vidas, pero eso no es meditación. La meditación debe empezar poniendo orden en nuestra casa, o sea, orden en nuestras relaciones, en nuestros deseos, placeres, etc.

Una de las causas del desorden en nuestra vida es el sufrimiento. Este es un factor común, una condición común a todos los seres humanos. Todos pasan por esa tragedia del sufrimiento, sea en el mundo asiático o en el occidental. De nuevo, es algo que todos compartimos. No solo está el llamado sufrimiento personal, sino que está el sufrimiento de la humanidad, el sufrimiento que producen las guerras, cinco mil años de registros históricos cada año

ha habido una guerra, muertes, violencia, terror, crueldad, mutilación de personas, personas que han perdido sus manos, sus ojos, los horrores y la crueldad de las guerras que generan gran desdicha a la humanidad. No solo existe el sufrimiento de uno, sino el sufrimiento de la humanidad; el sufrimiento de ver a una persona que no tiene nada, un simple taparrabo, y que seguirá así durante el resto de su vida; eso no sucede en los países occidentales, pero en el mundo asiático es así. Cuando ve a esa persona, hay sufrimiento.

También hay sufrimiento cuando la gente está atrapada en la ilusión, como el ir de un gurú a otro, escapando de uno mismo. Es doloroso observar esto, las personas listas que se van a Oriente, escriben libros al respecto, y encuentran a cierto gurú; ¡tantos quedan embelesados con esa tontería! Está ese sufrimiento al ver lo que hacen los políticos en el mundo, cómo piensan en términos de tribu. Así, existe el sufrimiento personal y la amplia nube del sufrimiento humano. El sufrimiento no es algo romántico, sentimental o ilógico; ¡está ahí! Hemos vivido con el sufrimiento desde tiempos inmemoriales y, según parece, no hemos resuelto este problema. Cuando sufrimos buscamos consuelo, lo cual consiste en escapar del hecho de sufrir. Cuando uno siente esa profunda pena, busca cualquier clase de entretenimiento para escapar, pero el sufrimiento siempre permanece ahí. Al parecer, la humanidad no lo ha resuelto. Así que preguntamos, ¿es posible liberarse totalmente del sufrimiento? No eludirlo, no buscar consuelo, no escapar de él mediante alguna teoría fantástica, sino ver si es posible "vivir con él". Entienden estas palabras: "Vivir con él"; significa no permitir que el dolor se convierta en un

hábito.

La mayoría de las personas viven con el sufrimiento, con el nacionalismo, lo cual es de lo más destructivo, viven con sus propias convicciones religiosas separadas, con sus propias ideas e ideales extravagantes, todo eso genera más conflicto. Así pues, se trata de vivir con algo, vivir con el dolor, sin aceptarlo, sin acostumbrarse a él, tan solo mirarlo, observarlo sin escapar, sin intentar superarlo, sino simplemente "sostenerlo en la mano" y mirarlo. El sufrimiento también es parte de ese terrible sentimiento de soledad; puede que tenga muchos amigos, que esté casado, que posee toda clase de cosas pero, en lo interno, existe ese sentir de estar en completo aislamiento. Eso es parte del sufrimiento. Se trata de observar ese aislamiento sin ninguna dirección, sin tratar de trascenderlo, sin tratar de encontrarle un sustituto; vivir con ello, no rendirle culto, no volverse psicópata al respecto, sino prestarle toda la atención a ese aislamiento, a esa pena profunda, a ese sufrimiento.

Es muy importante comprender el sufrimiento, porque si estamos libres del sufrimiento, hay compasión. Uno no puede ser compasivo mientras esté anclado en alguna creencia, en alguna clase de símbolo religioso concreto. Compasión es libertad del sufrimiento. Si hay compasión, hay amor. Con la compasión llega la inteligencia, no la inteligencia del pensamiento con su astucia, con sus ajustes, con su capacidad de aceptar cualquier cosa. Compasión significa el cese del sufrimiento, y solo entonces hay inteligencia.

Ámsterdam, Holanda
19 de septiembre de 1981

Capítulo 9
Vida-muerte-reencarnación-lo sagrado

Somos como dos amigos que, sentados en el parque en un hermoso día, hablamos de la vida, de nuestros problemas, investigamos la naturaleza misma de nuestra vida, y nos preguntamos seriamente por qué la vida se ha convertido en un gran problema. ¿Por qué en lo intelectual somos tan sofisticados y sin embargo, nuestra vida es tan penosa, sin más significado que el de sobrevivir, lo cual, una vez más es bastante dudoso. ¿Por qué la vida, la existencia cotidiana, se ha convertido en semejante tortura? Podemos ir a la iglesia, seguir a un líder, político o religioso, pero la vida cotidiana es una tormenta continua; y aunque tenemos períodos ocasionales de dicha, de felicidad, siempre hay una nube de oscuridad en nuestra vida. Y estos dos amigos, como nosotros, ustedes y quien les habla, estamos hablando juntos de manera cordial, desde el afecto, la amistad, el interés, de si es realmente posible vivir nuestra vida cotidiana sin un solo problema. A pesar de ser altamente educados y de poseer carreras o especializaciones, tenemos luchas sin resolver, el dolor y el sufrimiento, y en ocasiones alguna alegría y la sensación de no ser del todo egoístas.

Vamos a investigar esa cuestión de por qué nosotros, los seres humanos, vivimos como lo hacemos, yendo a la oficina de las nueve a las cinco o seis de la tarde durante cincuenta años, con la mente y el cerebro siempre

ocupados. Nunca hay quietud, nunca hay paz, sino esa constante ocupación en una cosa u otra. Así es nuestra vida; esa es nuestra vida diaria: monótona y más bien solitaria e insuficiente. Y tratamos de escapar de ello a través de la religión y de diversas formas de entretenimiento. Y al final del día seguimos estando donde hemos estado durante miles y miles de años. Parece que en lo psicológico, en lo interno, hemos cambiado muy poco. Nuestros problemas se multiplican, y siempre está el miedo a la vejez, a la enfermedad, a algún accidente que pueda acabar con nosotros.

De modo que esta es nuestra existencia, desde la niñez hasta que morimos, sea de forma voluntaria o involuntaria. Según parece, no hemos sido capaces de resolver ese problema, el problema de la muerte. En especial, a medida que envejecemos recordamos todas las cosas que han sucedido, las épocas de placer, las épocas de dolor, de sufrimiento, y lágrimas. No obstante, siempre está ahí esa cosa desconocida llamada muerte, la cual tememos la mayoría de nosotros. Como dos amigos sentados en un banco del parque, no en este salón tan iluminado, bastante desagradable, sino sentados a la luz moteada del sol que se filtra a través de las hojas, con los patos en el canal y con toda la belleza de la tierra, vamos a hablar juntos de ello. Juntos vamos a hablar como dos amigos que han vivido una vida larga, seria, con todas sus dificultades, el sexo, la soledad, la desesperación, la ansiedad y la inseguridad, ese sentimiento de que nada tiene sentido, y al final de todo siempre está la muerte.

Cuando hablamos de la muerte, lo hacemos de forma intelectual; es decir, la racionalizamos, decimos que es

inevitable, que no debemos temerla, o bien escapamos de ella a través de alguna creencia en el más allá, en la reencarnación o, si somos muy intelectuales, decimos que la muerte es el fin de todas las cosas, de nuestra existencia, de nuestras experiencias, de nuestros recuerdos, aunque sean afectivos, reconfortantes o numerosos; y también el fin del dolor y el sufrimiento. ¿Qué significa todo eso, esa vida que, si uno lo examina de muy de cerca, realmente tiene poco sentido? Podemos, intelectual o verbalmente, darle sentido a la vida, pero nuestra manera de vivir actual tiene muy poco sentido. Vivir y morir es todo lo que conocemos. Aparte de eso, lo demás es teoría, especulación; la persecución sin sentido de una creencia, donde encontramos cierta seguridad y esperanza. Proyectamos ideales desde el pensamiento y nos esforzamos por alcanzarlos. Así es nuestra vida, incluso cuando somos muy jóvenes, cuando estamos llenos de vitalidad, alegría, y tenemos la sensación de que podemos hacer casi todo; pero con la juventud llega la madurez y la vejez, y siempre está ese problema de la muerte.

Si puedo señalarlo, no solo están escuchando una serie de palabras, ciertas ideas, sino que juntos, y cuando digo juntos lo digo en serio, estamos investigando todo ese problema del vivir y del morir. Y, o bien lo hacen con el corazón, con toda la mente, o lo harán de forma parcial, superficial y, por tanto, tendrá muy poco significado.

En primer lugar, debemos observar que nuestros cerebros nunca actúan en su totalidad, por completo; solo usamos una parte muy pequeña de nuestro cerebro. Esa parte es la actividad del pensamiento. Al ser solo una parte, el pensamiento es incompleto. El cerebro opera dentro de

un área muy estrecha, depende de nuestros sentidos, los cuales también son limitados, parciales; los sentidos en su totalidad nunca son libres, activos. No sé si han hecho la prueba de observar algo con todos sus sentidos, observar el mar, los pájaros, o la luz de la luna en la noche sobre el césped verde; vean si observan parcialmente o con todos los sentidos totalmente despiertos. Son estados totalmente diferentes. Cuando uno observa algo parcialmente, consolida más aún esa actitud de separación, de vivir con egoísmo. Sin embargo, si uno observa con todos sus sentidos esa luz de la luna que traza sobre el agua una estela de plata, si lo observa con su mente, con el corazón, con los nervios, si pone toda su atención, entonces, verá por sí mismo que no hay un centro desde donde observa.

Nuestro ego, nuestra personalidad, toda nuestra estructura como individuo, todo ha sido fabricado íntegramente por la memoria; *somos* memoria. Por favor, debemos investigar este tema, no lo acepten. Obsérvenlo, escuchen. Quien les habla está diciendo que 'usted', el ego, el 'yo', no es más que memoria; no hay un punto o un espacio con claridad —pueden creer, tener esperanza, o tener fe de que existe algo incontaminado en usted que es Dios, que es una chispa de lo eterno—, pueden creer todo eso, pero esa creencia no es más que una ilusión. Todas las creencias lo son. Pero es un hecho que nuestra existencia solo es memoria, recuerdos. En lo interno, no hay un punto o un espacio que no sea memoria. Pueden investigarlo; si uno lo investiga con seriedad en sí mismo, verá que el 'yo', el ego, es todo memoria, recuerdos. Esa es nuestra vida. Funcionamos, vivimos en base a la memoria. Y para nosotros, la muerte es el fin de esa memoria.

¿Me estoy hablando a mí mismo, o estamos todos juntos en ello? Quien les habla suele hablar al aire libre, debajo de los árboles, o de una gran carpa, sin estas luces deslumbrantes; entonces se puede tener una comunicación íntima. De hecho, solo estamos hablando usted y yo, no esa enorme audiencia en este amplio salón, sino que usted y yo estamos sentados en un banco junto a la orilla de un río, considerando juntos esta cuestión. Y uno le está diciendo al otro que solo somos memoria, y que nos apegamos a esa memoria: mi casa, mi propiedad, mi experiencia, mis relaciones, la oficina o la fábrica a la que debo ir, la habilidad que me gusta practicar durante cierto periodo de tiempo, eso es todo lo que soy. El pensamiento se apega a todo eso; y decimos que eso es vivir. Pero ese apego crea toda clase de problemas; si está apegado tiene miedo a perder; y está apegado porque se siente solo con esa constante soledad que le ahoga, que le aísla y le deprime. Cuanto más nos apegamos a otro, que de nuevo es memoria, al ser el otro memoria, más problemas hay.

Estoy apegado al nombre, a la forma; mi vida es el apego a los recuerdos que he acumulado a lo largo de toda mi vida. Observo que donde hay apego, hay corrupción. Cuando me apego a una creencia, esperando que ese apego me aporte cierta seguridad, tanto física como psicológica, ese apego impide cualquier examen posterior. Cuando tengo fuerte apego a algo, a una persona, a una idea, a una experiencia, tengo miedo de investigar. Así pues, donde hay apego, hay corrupción. Toda nuestra vida es un movimiento dentro del campo de lo conocido. Es obvio. La muerte significa el cese de lo conocido. Significa que el organismo físico termina, terminan todos los recuerdos,

que soy yo, porque yo no soy más que memoria, siendo la memoria lo conocido. Tengo miedo de perder todo eso, lo que significa morir. Creo que está bastante claro, al menos verbalmente. Intelectualmente lo puede aceptar con lógica, con sensatez; es un hecho.

El mundo asiático cree en la reencarnación; es decir, que el alma, el ego, el 'yo', que es un conjunto de recuerdos, volverá a nacer a una vida mejor si ahora se comportan adecuadamente, si su conducta es recta, si viven una vida sin violencia, sin codicia, etc.; de ser así, en la próxima reencarnación tendrán una vida mejor, una mejor posición. Pero creer en la reencarnación solo es una creencia, porque los que creen fervientemente en eso, no viven una vida recta *hoy*. Que su próxima vida sea maravillosa es tan solo es una idea. Dicen que la cualidad de la próxima vida debe corresponder a la cualidad de la vida presente, pero su vida presente es tan tortuosa, tan exigente, tan compleja, que se olvidan de esa creencia y pelean, engañan, se vuelven hipócritas, y aceptan cualquier forma de vulgaridad. Esa es una de las respuestas a la muerte: creer en la próxima vida. Pero, ¿qué es lo que va a reencarnar? ¿Qué es lo que continuará? ¿Qué es eso que tiene continuidad en nuestra vida cotidiana actual? Lo que continua es el recuerdo de las experiencias de ayer, los placeres, los temores, las ansiedades; eso continua a lo largo de toda nuestra vida, a menos que lo eliminemos y nos apartemos de esa corriente.

Y bien, la cuestión es, mientras uno vive, con toda su energía, capacidad y desorden, ¿es posible poner fin al apego por ejemplo? Porque eso es lo que sucederá cuando muera. Puede apegarse a su esposa, esposo o propiedad, puede apegarse a alguna creencia en Dios, lo cual no es

más que una proyección o un invento del pensamiento; pero se aferra a ello porque le proporciona cierta sensación de seguridad, por más ilusoria que sea. La muerte significa el fin de ese apego. Ahora, mientras vive, ¿puede poner fin de forma voluntaria, fácilmente, sin ningún esfuerzo, a esa clase de apego?

Eso significa morir a lo conocido; ¿entiende? ¿Puede hacerlo? O sea, que el morir vaya junto con el vivir, que no estén separados durante cincuenta años o más, a la espera de que alguna enfermedad le mate. Se trata de vivir con toda su vitalidad, energía, capacidad intelectual, con gran sentimiento y, que al mismo tiempo, cesen del todo ciertas conclusiones, idiosincrasias, experiencias, apegos, heridas psicológicas, se trata de morir a todo eso. Es decir, mientras vive, también viva con la muerte, de modo que la muerte no sea algo alejado, algo que está al final de la vida provocado por algún accidente, enfermedad o por la vejez, sino que se trata más bien de poner fin a todas las cosas de la memoria —eso es la muerte, una muerte que no está separada del vivir—.

También debemos considerar como dos amigos sentados juntos a la orilla de un río —con las claras aguas fluyendo, no con aguas turbias ni contaminadas—, observando el movimiento de las ondas que se persiguen unas a otras siguiendo el río, ¿por qué la religión juega un papel tan importante en la vida de las personas, desde tiempos inmemoriales hasta hoy en día? ¿Qué es una mente religiosa, cómo es? ¿Qué significa realmente la palabra "religión"? Porque históricamente, las civilizaciones desaparecen pero nuevas creencias ocupan su lugar, las cuales crean nuevas civilizaciones y culturas —no el

mundo tecnológico de las computadoras, los submarinos, los armamentos de guerra, los hombres de negocios, ni de los economistas, sino que las personas religiosas de todo el mundo generan estos tremendos cambios—. Así pues, debemos investigar juntos qué entendemos por "religión". ¿Cuál es su significado? ¿Es una mera superstición ilógica y sin sentido? ¿O es algo mucho más inmenso, algo de una belleza infinita? Para averiguarlo, ¿no es necesario —estamos hablando juntos como dos amigos—, no es necesario estar libres de todas las cosas que el pensamiento ha inventado sobre la religión?

El ser humano siempre ha buscado algo más allá de la existencia física. Siempre ha buscado, se ha preguntado, ha padecido y se ha torturado a sí mismo para descubrir si existe algo que no pertenezca al tiempo, que no pertenezca al pensamiento, que no sea una fe o una creencia. Para descubrirlo, uno debe ser totalmente libre; porque si uno está anclado en cierta creencia, esa misma creencia impedirá investigar lo eterno, siempre que exista tal cosa como la eternidad que está más allá de todo tiempo, de toda medida. De modo que uno debe estar libre; si uno es serio al investigar la naturaleza de la religión, debe estar libre de todas las cosas que el pensamiento ha inventado sobre eso que se considera religioso. Es decir, libre de todas las cosas que ha inventado, como por ejemplo, el hinduismo con sus supersticiones, sus creencias, sus imágenes y su antigua literatura, como la de los Upanishads; uno debe estar totalmente libre de todo eso. Si está apegado a eso, entonces, como es natural, es imposible descubrir aquello que es original; ¿entienden el problema?

Si mi mente, mi cerebro están condicionados por

las supersticiones hindús, las creencias, los dogmas y la idolatría, con toda su antigua tradición, entonces estoy anclado ahí y no puedo moverme, no soy libre. Del mismo modo, uno debe estar totalmente libre de todas los inventos del pensamiento, de los rituales, los dogmas, los símbolos, los salvadores, etcétera, del cristianismo. Eso resulta más difícil, porque está "más cerca de casa". No obstante, todas las religiones, la cristiana, la musulmana, la hindú o la budista, son el movimiento del pensar que continúa a través del tiempo, de la literatura, de los símbolos, de las cosas fabricadas por la mano o por la mente; todo eso se considera religioso en el mundo moderno. Para quien les habla, eso no es religioso, sino una forma de ilusión, de consuelo, de satisfacción romántica o sentimental, pero que no es real.

La religión debe afectar la manera en que vivimos, el significado de la vida, porque solo entonces hay orden en nuestra vida. El orden es algo que está totalmente disociado del desorden. Vivimos en desorden; es decir, en conflicto, en contradicción, decimos una cosa y hacemos otra, pensamos de una manera y actuamos de otra; eso es contradicción. Y si hay contradicción, que es división, tiene que haber desorden. Una mente religiosa está completamente libre de desorden. Esa es la base fundamental de una vida religiosa, y no todo ese disparate que está sucediendo con los gurús y sus sinsentidos.

Es sorprendente la cantidad de gurús que han venido a verme, muchos porque creen que les ataco. Quieren persuadirme de que no les ataque, dicen que lo que yo sostengo y que vivo es la verdad absoluta, pero que no es para ellos, porque ellos deben ayudar a aquellas personas

que no están tan avanzadas como yo. Observen el juego que juegan; ¿entienden? De modo que uno se pregunta por qué personas de Occidente van a la India, siguen a gurús, consiguen la "iniciación" —o lo que eso signifique—, se visten con diferentes túnicas, y creen que así son muy religiosas. Pero despójenlas de sus túnicas, deténganse y examínenlos, y son exactamente iguales que cualquiera de nosotros.

Así que la idea de ir a algún lugar para encontrar la iluminación, para cambiar su nombre por otro en sánscrito, parece tan absurda y romántica, no tiene ningún sentido, aunque miles lo hacen. Puede que sea una forma de entretenimiento sin mucha importancia. Quien les habla no ataca a nadie. Por favor, comprendan eso: no estamos atacando nada, solo estamos observando, observando la insensatez de la mente humana, lo fácil que quedamos atrapados. ¡Somos tan crédulos!

Una mente religiosa es una mente muy factual; trata con hechos, con lo que realmente sucede en el mundo externo y en el mundo interno. El mundo externo es la expresión del mundo interno; no hay división entre lo externo y lo interno. Una vida religiosa es una vida en orden, activa, que trata con lo que de verdad sucede dentro de uno mismo, sin ninguna ilusión, de modo que uno lleva una vida ordenada, recta. Cuando eso queda establecido, es inamovible y, a partir de ahí, podemos empezar a investigar qué es meditación.

Tal vez, esa palabra, en su uso actual, no existía en el mundo occidental hace unos treinta años. Fueron los gurús orientales quienes la introdujeron aquí. Está la meditación tibetana, la meditación zen, la meditación hindú, la

meditación particular de cierto gurú, la meditación yoga, sentarse con las piernas cruzadas, respirar; ya conocen todas estas cosas. Todo eso se llama "meditación". No estamos menospreciando a las personas que hacen todas estas cosas; tan solo estamos señalando cuan absurdo se ha vuelto la meditación. El mundo cristiano cree en la contemplación, en el abandonarse a la voluntad de Dios, la Gracia, etc. Lo mismo sucede en el mundo asiático, solo que ellos emplean diferentes palabras en sánscrito, pero es lo mismo —el hombre buscando alguna clase de seguridad, de felicidad, de paz perdurables, y como no la encuentra en la tierra, espera encontrarla en algún otro lugar—, la búsqueda desesperada de algo imperecedero, esa búsqueda del ser humano desde tiempos más allá de toda medida.

Así que debemos investigar juntos muy profundamente qué es la meditación y si existe algo que sea sagrado, santo —no las cosas que ha inventado el pensamiento como sagradas, eso no es sagrado. Lo que el pensamiento crea no es sagrado, y no es sagrado porque se basa en el conocimiento, ¿cómo puede algo que inventa el pensamiento, que es incompleto, ser sagrado? Sin embargo, en todo el mundo se rinde culto a los inventos del pensamiento.

No hay sistema ni práctica, sino la claridad de percepción de una mente que está libre para observar, una mente que no tiene dirección, que no elige. La mayoría de los sistemas de meditación tienen el problema de controlar el pensamiento. Casi todas las meditaciones, ya sea la zen, la hindú, la budista, la cristiana, o la del último gurú de moda, tratan de controlar el pensamiento. Mediante el control uno focaliza, pone toda la energía en cierto

punto, lo cual es concentración, y eso significa que hay un controlador diferente de lo controlado. El controlador es pensamiento, memoria, y eso que controla sigue siendo pensamiento, con lo cual el pensamiento divaga y, por eso, hay conflicto. Aunque se siente en quietud, el pensamiento divaga; es como si un alumno, al mirar por la ventana, el maestro le dice: «No mires fuera de la ventana, concéntrate en el libro».

Tenemos que aprender el hecho de que el controlador es lo controlado. Pensamos que el controlador, el pensador, el experimentador, son diferentes de lo controlado, del movimiento del pensar, de la experiencia. Pero si lo observamos de cerca, el pensador es el pensamiento. El pensamiento separa el pensador del pensamiento, y luego dice: «Debo controlarlo». Ahora bien, si uno ve que el controlador es lo controlado, elimina por completo el conflicto. El conflicto solo existe cuando hay división. Donde hay división, entre el observador, el que observa, el que experimenta, y eso que observa y experimenta, tiene que haber conflicto. Hay conflicto en nuestra vida porque vivimos con esa división. Sin embargo, esa división es engañosa, no es real; el controlar se ha convertido en nuestro hábito, en nuestra cultura, nunca vemos que el controlador es lo controlado.

Así, cuando uno se da cuenta de ese hecho, no de forma verbal, idealista, no como un estado utópico por el cual uno debe esforzarse, sino que de verdad ve en su vida que el controlador es lo controlado, que el pensador es el pensamiento, entonces ese patrón de pensamiento de uno experimenta una cambio radical y deja de haber conflicto. Este cambio es totalmente necesario si uno medita, porque

la meditación requiere una mente altamente compasiva, por tanto, altamente inteligente, una inteligencia que nace del amor y no del pensamiento astuto.

Meditación significa poner orden en nuestra vida diaria, de modo que no haya contradicción; significa haber rechazado por completo todos los sistemas de meditación, de modo que la mente de uno esté totalmente libre, sin dirección y que la mente esté en silencio total. ¿Es eso posible? Siempre estamos parloteando, cuando abandonemos este salón, volveremos a parlotear. La mente seguirá, sin parar, parloteando, ocupada, pensando, esforzándose y, en consecuencia, sin espacio. El espacio es indispensable para que haya silencio, porque una mente que practica, que se esfuerza para estar en silencio, nunca lo estará. Pero si uno se da cuenta de que el silencio es absolutamente necesario —no el silencio proyectado por el pensamiento, no el silencio entre dos notas, entre dos ruidos, o entre dos guerras, sino el silencio del orden—, entonces, en ese silencio, la verdad que no tiene camino que lleve a ella, existe. Es una verdad sin tiempo, sagrada, incorruptible. Eso es meditación, eso es una mente religiosa.

Ámsterdam, Holanda
20 de septiembre de 1981

La Fundación Krishnamurti Latinoamérica.

Creada por J. Krishnamurti en 1970 para difundir y preservar la enseñanza de J. Krishnamurti, tiene la satisfacción —con la colaboración de la Editorial OliveCall Group— de ofrecer este libro a todos los interesados en el conocimiento propio.
Para cualquier información pueden visitarnos en:

www.fkla.org o para alguna consulta concreta en **fkl@fkla.org**

En estas charlas públicas, ofrecidas en Saanen, Suiza, y en Ámsterdam, Holanda, Krishnamurti compara el condicionamiento de la mente humana con el programa de una computadora. «Los seres humanos han sido programados, y ese programa se repite una y otra vez».

La red del pensamiento, muestra cómo esa programación del cerebro es el resultado de la familia, del medio social y de la educación, que hace que una persona se identifique con una religión particular, que sea ateo, o acepte cierto partidismo político. Cada cual piensa según su particular programa que le domina, cada cual está atrapado en su propia y particular "red de pensamientos". El "yo", el ego, la personalidad, no es otra cosa que la individualidad de una red de pensamientos programada.

También revela esa libertad que llega al eliminar ese programa grabado en el cerebro. Krishnamurti señala la posibilidad de ir más allá del "parloteo", del "pensar", del "silencio", hacia esa verdad que no tiene camino, que solo existe; una verdad sin tiempo, sagrada e incorruptible.





La Red del Pensamiento Jiddu Krishnamurti

